让生命闪耀

FULLY ALIVE

Discovering What Matters Most

Timothy Shriver

〔美〕蒂姆·施莱佛 著

金琦 译

杨澜、潘石屹作序

余秋雨 姚明 杨扬 倾情推荐

每一个生命，都应该有机会绽放光芒。每一个生命，都值得拥有一次尽情闪耀的时刻。

——杨澜



中信出版集团 · CHINACITICPRESS

版权信息

书名:让生命闪耀

作者:蒂姆·施莱佛

ISBN:9787508659222

中信出版集团制作发行


ENGLAND

科特迪瓦运动员阿扎尔·西拉（Adjara Sylla）的这张照片挂在我位于华盛顿特区的办公室的墙上。这张照片拍摄于2007年上海世界夏季特殊奥林匹克运动会。（理查德·科尔曼，Richard Corman）



20世纪20年代中期，我的妈妈和她的哥哥姐姐们在海上。罗斯玛丽也在其中——和她的姐妹们一样。从左至右：尤尼斯，杰克，乔，罗斯玛丽，凯瑟琳。（肯尼迪家族收藏/肯尼迪图书馆）



全家福。这是所有的孩子都在的最后一批照片之一。从左至右：尤尼斯，约翰，罗斯玛丽，珍，老约瑟夫，爱德华，罗斯，小约瑟夫，帕特里夏，罗伯特，凯瑟琳。几年后乔和凯瑟琳去世，罗斯玛丽也离开了人世。（肯尼迪家族收藏/肯尼迪图书馆）





我的母亲尤尼斯（下图左边）和她的姐姐罗斯玛丽（上图和下图右边）。罗斯玛丽出生于优生学最盛行的年代，生下来就在智力上有问题。罗斯玛丽如果被送到慈善机构可能也很好，但相反的是，我的外祖父母决定亲自抚养她，让她在家人的围绕下成长。她可能是肯尼迪家族中最特别的一

个。做手术前，罗斯玛丽旅行，做运动，什么事情都参与。（施莱佛家族收藏）



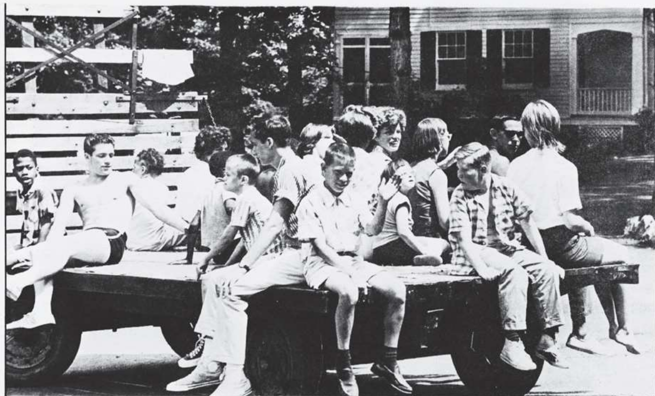
从舅舅就任总统开始，我的母亲就不知疲倦地为在智力障碍问题领域实现真正的政治突破而努力。她的努力换来了这一刻：1963年10月24日，肯尼迪总统把这一突破写进了法律。（白宫照片收藏/肯尼迪图书馆）



约翰·肯尼迪帮助了大约550万智力有残障的美国人
你帮过哪怕一个人吗？
为华盛顿特区智力障碍总统委员会编写免费的小册子。
肯尼迪总统是第一位公开接见智力残障人士的国家首脑。这张照片于1962年摄于白宫，当时他正在接见9岁的戴维·乔达兰（David Jordalen）。戴维来自马萨诸塞州的什鲁斯伯里。因为这张照片，戴维成了一个国家的象征。

妈妈的眼睛的魔力（罗兰·舍玛蒂，Rowland Scherman）

我三岁左右的时候，我家的后院变成了一个夏令营式的训练营，挤满了想玩的孩子们——和我一样，只不过他们都是智力有残障的儿童。很多平时生活在慈善机构中的孩子根本没有机会去户外或玩耍。（罗兰·舍玛蒂）



Retarded children and counselors enjoy a ride around the Shriver country place

A Day at Camp Shriver

a CARE and SHARE camp

Mrs. R. Sargent Shriver, Jr., sponsors a camping program for the retarded

A three-week experiment was tried last month by Mrs. Eunice Kennedy Shriver, sister of President Kennedy and wife of R. Sargent Shriver Jr., Peace Corps Director. Mrs. Shriver opened their country home near Washington to 35 retarded children to use as a day camp and provided a volunteer high school or college-age counselor for each, plus four paid employes and her own full-time services. Also, the Shrivers' three children played, lunched and napped with the guests.



President's sister, Eunice Shriver and two of her charges. Emotionally disturbed, the Negro child here rides pony and begins to mix normally.



President's niece, Maria Shriver, joins in a lively patty cake type of game with the retarded children.



Patience at the pool: Mrs. Shriver coaxes Wendell into swimming pool. Terrified of water, he finally stepped in.



Ride for the "Exceptional": Mrs. Shriver drives as Speckles pulls a pony cart across the Shriver lawn.

一张海报记录了1962年施莱佛训练营“革命”刚开始的时候的故事。（肯尼迪图书馆/总统智力残障委员会）



第一届特殊奥林匹克运动会。1968年7月20日，站在芝加哥空荡荡的军人球场高处时，母亲一定疑惑她改革后的“奥运会”是否有机会举办下去。在之后的几年中，这样大小的体育场多次因为特殊奥林匹克运动会而挤满了人。（国际特殊奥林匹克）



第一届特殊奥林匹克运动会的领导者是芝加哥公园区的安妮·伯克（右一）和威廉·马飞治（William McFetridge）（右二），他们两个尽管面对无数障碍，但他们两个都坚韧面对。在这张照片中，我的母亲递给马飞治一张支票，旁观的是芝加哥公园区的区长马歇尔·拜纳姆（Marshall Bynum）。（国际特殊奥林匹克）



获得第一枚特殊奥林匹克运动会奖牌的那一刻。这一刻“奥林匹克”开始真

正意味着伟大。（国际特殊奥运林匹克）



到1987年世界夏季特殊奥会在圣母大学举行时，有将近100个国家和几千名运动员、志愿者以及粉丝参加了这一盛会。惠特尼·休斯顿（Whitney Houston）是开幕式上的头号巨星，开幕式表演首次在国家电视台直播。（国际特殊奥林匹克）

2003年在爱尔兰举行的世界夏季特奥运动会上，U2乐队用《唯一的爱》（One Love）这首歌来介绍纳尔逊·曼德拉，这首歌的名字再贴切不过了。（国际特殊奥林匹克）



我的父亲让特奥运动会的快乐成为现实，他一直称其为“奇迹”！（理查德·科尔曼）



恋爱9年后，琳达和我举行了最棒的婚礼！（施莱佛家族收藏）



我们的家庭飞快地壮大起来！琳达坚持我们的每个孩子（从左至右：罗斯，卡洛琳，山姆，凯瑟琳，蒂姆）小时候都要参加特奥融合运动。不用说，他们都喜欢这一运动！（施莱佛家族收藏）



直到最近，在美国，一位智力残障人士的未来生活状态最有可能的就是寄居于某一机构——这样一个未来很可怕。一家机构被当地的报纸描述为“残疾人的大垃圾场”。（雪城大学人类政策中心）



这就是洛蕾塔·克莱伯恩（左）本来要去的地方，要不是因为她的妈妈丽塔的力量和爱，她就会在这种地方度过余生。（洛蕾塔·克莱伯恩）



相反的是，洛蕾塔成为特殊奥林匹克运动最勇敢的运动员之一，参加了几百次比赛，跑了26场马拉松，赢得了特殊奥林匹克运动参与者与其他人的喝彩。这张照片摄于1995年世界夏季特奥运动会的开幕式上，她把克林顿总统介绍给全国的电视观众以及现场的75 000名观众。（国际特殊奥林匹克）



10公里跑比赛始于1998年来自坦桑尼亚的名为阿鲁沙（Arusha）的一位特殊运动员。比利·奎克（前排左一）和洛蕾塔·克莱伯恩（后排左起第三个）参加了比赛。那天，拉马扎尼·沙林·昌博（后排左起第四个）成了我的英雄（获得了冠军）。（特殊奥林匹克运动会组委会）



罗萨里奥和埃里克·马林（ Eric Marin ）继续鼓舞着大家。（罗萨里奥·马林，Rosario Marin ）



尽管小珍珠永远无法成为运动员，但是她的故事以及她父母的勇敢，触动了特殊奥林匹克大家庭中的每个人的生活。（容德根博士）


Special Olympics
North Carolina
Guilford/Greensboro
BEST BUY

马蒂·希茨（Marty Sheets）是最早参加特奥运动会的运动员之一，他15岁时就参加了我们最早的比赛。（国际特殊奥林匹克）



弗兰克·史蒂芬斯是特殊奥林匹克运动的另一个令人惊叹的运动员，也是一个博客撰写者，他带头呼吁全世界的人们不再使用“智障”和“智障的”这样的词。（斯考科特·K·布朗，Scoct K. Brown）



多纳尔·佩奇（前排右侧，和运动员同伴及教练们在一起）在2003年爱尔兰世界夏季特奥运动会机能活动训练上俘获了他的国家的心——还有我的。“勇气”在他身上得到了最佳体现！（国际特殊奥林匹克）



我在丹尼尔·汤普森位于西弗吉尼亚州的家中拜访他，他是位有信仰的梦想家。尽管这张照片拍摄后不久他就去世了，但是他是个充满欢笑而又平和的人。（汤普森家族收藏）



我的女儿罗斯和世界级游泳运动员安迪·米亚雷斯（Andy Miyares）2010年在摩洛哥举行的全球大会上。在美国名人赛评选的全球十大游泳运动员中，安迪是唯一一个有智力障碍的运动员。（迪亚哥·阿祖贝尔，Diego Azubel）



2009年爱达荷州举行的冬季特殊奥林匹克运动会上的大合影，包括（自左至右）我，爱尔兰运动员本·珀塞尔（Ben Purcell），我的儿子蒂姆，我们正在体验充实生活的快乐！（迪亚哥·阿祖贝尔）



近几年，中国已经成为特奥运动会最大的成员组织，每年有超过一百万特奥运动员参与到各种活动中。（迪亚哥·阿祖贝尔）

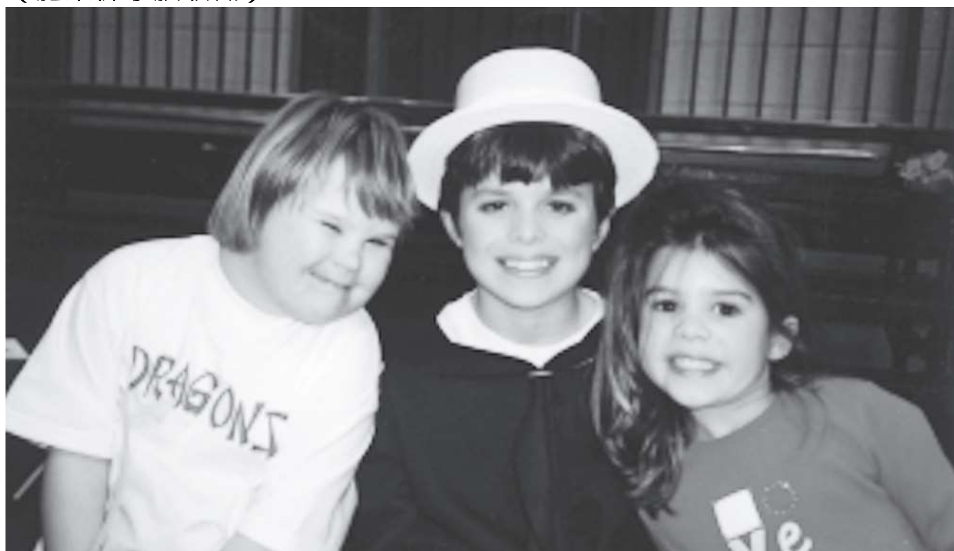


2013年韩国平昌世界冬季特奥运动会上，我有机会和来自阿富汗的室内冰球队队员一起庆祝。阿富汗运动员和志愿者的勇敢超出了我们的理解。他们抵挡住了威胁、炸弹袭击以及各种形式的迫害，但是他们继续努力，不知疲倦地工作，把我们的特奥运动带给值得拥有这些权利甚至更多权利的智力障碍人士们。（迪亚哥·阿祖贝尔）



和我的兄弟姐妹以及他们的配偶一起庆祝母亲85岁的生日。前排左起：玛利亚，尤尼斯和萨金特·施莱佛。第二排左起：鲍比，玛丽莎，爱丽娜，琳达和珍妮。后排左起：安东尼，我，马克。（劳瑞·莱文/施莱佛家族收藏）

最重要的是：家人是与你相依相扶的人。这张照片中，我和给了我最多东西的人在一起：（左起）卡洛琳，罗斯，凯瑟琳，蒂姆，琳达，萨姆。（施莱佛家族收藏）



莫琳·叶普（左）是我太太琳达和莫琳母亲Anne的精神引领者，通过参加特奥融合运动队，我的孩子们，包括图中的山姆（当中穿表演服的）和卡洛琳（右）学到了何为“快乐的源泉”。（施莱佛家族收藏）



卡洛琳（左）和凯瑟琳（右）俩人都和乔尔·帕卡德在融合运动队中待过，乔尔总是面带微笑。（德纳·帕卡德）

埃及运动员穆斯塔法·穆罕默德·A·哈米德说："让自己勇敢地投入到比赛中去，你会感到自己充满活力！"（克里莱德·埃尔菲奇）

致我的家庭——父母赐予我的家庭，我和琳达建立的家庭，以及从纽黑文到新德里那些成千上万待我如亲人一般的家庭。家是人人都能给予的祝福，家对每个人而言都是最为重要的馈赠。

绽放生命之人便是神的荣耀。

——爱任纽（Irenaeus）

推荐序1
让生命闪耀

杨澜
国际特殊奥林匹克全球形象大使
阳光媒体集团主席

每一个生命都应该有机会绽放光芒。

人们愿意相信，无论我们如何不同，在生命的尊严面前，人人平等。但不幸的是，现实中的情况并非如此。就在我们身边，有这样一些人，他们虽存在，却似乎是隐形的；他们有话讲，却又常常是语落无声的。他们是智障人士，在中国就有1 300万人，其中500万是儿童。你关注过他们吗？是他们离群索居，还是我们视而不见？

蒂姆·施莱佛从各种角度来看都是天之骄子——头顶肯尼迪家族的光环，拥有耶鲁大学的博士学位，仪表堂堂，能言善辩。在周围的人看来，他完全可以出将入相，在政界或商界拥有光明的前途。然而，他决心致力于公益事业，服务于这些常常是隐形并无法发声的人群。他为他们站台，为他们发声，不是作为居高临下的施援者，而是作为真正的伙伴。蒂姆说他常常感到气愤和不平，因为至今，仍有智障儿童被捆绑、被幽禁、被羞辱、被欺凌，他不能不闻不问，不能不鼓励不呐喊。的确，这与家庭使命相关。蒂姆的姨母罗斯玛丽就是智障人士，并长期由他的母亲尤尼斯·施莱佛照顾。正是在尤尼斯的倡导推动下，约翰·肯尼迪总统签署法令，保障智障人士的人权，鼓励他们融入社会；也正是在她的直接组织下，第一届特殊奥林匹克运动会于1968年召开。然而，对于蒂姆来说，这份事业并不仅仅是家族事业的传承。在这本书中，他为我们详细介绍了自己投身于这一公益运动的心路历程，这是一个人从年轻时代起不断追寻独立人格的过程，更是寻找目标与使命的过程。我看到，作为一名冷静的理想主义者，他如何从敏锐地观察社会弊端出发，勇敢回应现实中存在的不公与不义，并力图改变现状。这是关乎弱势群体的权利，是关乎社会良知的追索，更是关乎我们到底是谁以及这个世界究竟应该怎样的叩问。

自2007年以来，我有幸参与特奥运动，并先后成为特奥运动全球形象大使和全球理事会成员。蒂姆总开玩笑说，我们这些理事是他的老板。当我近距离接触蒂姆和特奥组织的工作人员时，我常常被他们的真情流露所感动。在“融合运动”中，蒂姆与特奥运动员玩在一处，或赛跑，或打球，或滑雪，他总是兴致勃勃、全情投入。特奥选手们也跟他称兄道弟，亲如家

人！让我更感动的是这些运动员的改变——这些曾经不敢抬头看人的自卑者，现在不仅快乐地与人相处，而且可以自信地举起自己获得的奖牌，骄傲地胜任一份工作，甚至拿下大学文凭，或开办自己的餐厅。一次，我与一位波多黎各的特奥运动员搭档打网球，见我连失数球，他主动走上前来，拍拍我的肩膀说：

“没关系，有我呢！”看到他眼中闪耀着自信友爱的光芒，我想，正是感受到了这样的价值，蒂姆才获得了领导特奥运动不断向前的永恒动力，这也给予了他大智慧，可以动员全球上至国家元首下至普通志愿者的资源与力量。特奥运动作为一项公益事业，超越了简单的救济模式，而成为对受助者的激励，让他们在赛场上、在人生中充分发挥自身的潜能，改变自己的命运。蒂姆把这本书的书名定为“*Fully Alive*”，这代表了身体的活力、情感的沟通、心灵的成长。

“勇敢尝试，争取胜利”——这是尤尼斯给特奥运动员的鼓励，这句话又何尝不是在激励着我们每一个人？每一个人都有自己的脆弱和缺失，都有无助和迷茫，都需要不断地学习，鼓足勇气面对环境与内心的挑战。我们是相通的，是相连的。全球特奥运动会举办期间，教练员、志愿者总人数与运动员人数的比例是3：1，换句话说，服务的人远多于比赛的人，这也让这一运动更加具有融合与包容的社会意义。接触特奥运动员，让我对生命之尊严、之顽强、之活力充满敬畏，仿佛是他们用自己的生命触碰了我的生命，让我的心灵开始觉醒。谁给予谁更多？谁更应该感谢谁？这些问题已经不那么重要了，重要的是，每一个生命，都值得拥有一次尽情闪耀的时刻。

推荐序2
没有人是一座孤岛

潘石屹
国际特殊奥林匹克东亚区高级顾问委员会委员

中国到底有多少智力有障碍的人士，恐怕很多人都不知道。10年前，这个数字接近千万。也就是说，几乎每100个中国人里，就有一个人智力有障碍。很多朋友都有好几百个微信好友，可有多少人有一个智障的朋友呢？我想这个数字是很少的。

20世纪中叶，美国对智障人士的治疗方法是直接切除他们的前脑叶白质。后来科学技术发达了，人们才知道大脑比之前想象的复杂很多，不能通过这种方式治疗。我想，这说明了一个简单的事实，就是人类对自我的了解，对我们每一个个体的了解，还是太少。

这也是特奥会主席施莱佛先生这本书的意义。身为美国声名显赫的肯尼迪家族一员，他花了几十年的时间告诉我们，这个世界上，没有人是一座孤岛。在关爱、了解、尊重别人的同时，最大的受益者，其实是我们自己。

我有幸成为国际特殊奥林匹克东亚区理事会成员，与不少特奥运动员有过密切接触。我20世纪80年代末去海南闯荡，这20多年间，见过很多人，但其中很少有人像这些运动员一样，活得纯粹，活出了本真，以善意回应善意，以真诚回应真诚。他们在社会中的境遇有所改善，才是这个社会的真正进步。

在我们所处的这段历史里，科技有着前所未有的发展。前不久，谷歌人工智能研究院研究出的阿尔法围棋人工智能程序（AlphaGo），以五比零的比分击败欧洲围棋冠军。如果有一天，人工智能足够发达了，是不是全人类也会变成某种意义上的“智障”了呢？到时候，每一个人该如何自处。要想清楚这些未来的大问题，就必须对现状有更深刻的关切和思考。

引言
心灵的学校

时光荏苒，1995年的耶鲁体育场走过了81年的历史，但它却好似已然经历了175年的风雨洗礼。斑驳的水泥墙似要坍圮，周围的树木杂乱生长，弯曲的长凳上的油漆已叠起了许多层，以防止长凳开裂。这座体育场还没有准备好接待75 000名雀跃欢呼的球迷。它既没有大范围的安全保障设施，也没有足够的疏散通道和庇护总统所需要的空间，无法满足总统莅临的需要；体育场的场地也不足以容纳7 000名有特殊需要的运动员和陪伴他们的教练与志愿者，这里更没有配备适合露天表演的舞台。一些车位被用作总统的停机坪，其余的车位被当作临时足球场以及巴士的临时停靠点，这样便造成了停车空间不足。

尽管如此，我们依然选择耶鲁体育场作为特奥世界运动会开幕式（Special Olympics World Games Opening Ceremony）的举办场地。于是，在1995年7月1日当晚，美国总统比尔·克林顿（Bill Clinton）偕第一夫人希拉里·克林顿（Hillary Clinton）乘“空军一号”飞抵停机坪。来自150个国家的运动员乘巴士到达后，列队通过入口的单行道进入场地。75 000名观众蜂拥而至，穿过附近的街道，登上木制看台，为世界上最大的体育盛会即将召开而欢呼。现场一片沸腾。

当晚，耶鲁体育场中的每位运动员均获赠了一台拍立得相机，可用来记录他们的辉煌时刻。对他们当中的大多数人而言，能够列队进入这样的体育场如同梦幻一般不真实。他们来自世界各地的村落和城镇，他们的身影曾出现在那里的收容机构、冷漠的教室和孤独的角落里，并且他们中的很多人不曾因为任何事情而受到过他人的称赞。他们被社会放逐，曾被自己生活的圈子所遗忘和冷漠对待。虽然他们所说的语言不同，但应该都曾听到无数类似“迟钝”“愚笨”“呆滞”的谩骂，或许最难听的字眼要属“废物”吧。成功的体验对他们而言根本不存在，陌生人的以礼相待也少之又少，同龄人的接纳更是遥不可及的梦想。“我从没想过，”一位有特殊需要的儿童的家长曾难过地表示，“有一天我会为自己的孩子而骄傲。”

但是，今夜的群星为他们而闪耀。桑德拉·布洛克（Sandra Bullock）、比尔·科斯比（Bill Cosby）、让·克洛德（Jean-Claude Van Damme）和小路易斯·格赛特（Louis Gossett，Jr.）等明星悉数到场献艺。千人合唱团的成员汇聚在近200面国旗下用歌声迎接运动员们列队入场。印第安人以驭马绕场的仪式为他们庆祝。体育场上空，喷气机为他们的荣耀隆隆奏鸣。世界上最伟大的足球运动员贝利（Pelé）跟着他们一起，边行进边拍照，

Hootie & the Blowfi sh乐队为他们演唱自己的金曲《只想和你在一起》，超级模特凯西·爱尔兰（Kathy Ireland）也为他们欢呼喝彩，说唱乐队Naughty by Nature和RunDMC的激情表演点燃了全场。

伟大的特奥运动员洛蕾塔·克莱伯恩（Loretta Claiborne）被赋予重要使命：为在场所有人以及全美的电视观众介绍总统。特勤局坚持让克林顿总统在体育场的顶层做演讲，这是因为耶鲁体育场周边的安保漏洞很多，并且到场运动员也没有经过金属探测器的检查——鉴于未知的安全隐患，总统不可以走入场内的人群中，也不能站在搭建于体育场中央的舞台上，而只能在运动员们上方、体育场隐蔽的最高点处做演讲，然后通过电视监控设备将影像投放在大屏幕上。

当开幕式进行到一半时，洛蕾塔借用设备从耶鲁体育场的高处升了起来。“女士们，先生们”，她的声音饱含喜悦，朗声说道，“让我们欢迎美国总统，比尔·克林顿！！！”全场欢呼声四起。这是30年来，特奥运动会第一次有总统出席。总统微笑着挥手示意，并为运动员们鼓掌。这座体育场的外观或许已经陈旧，但在那一刻，它充满活力。

体育场内，一位专业摄影师留意到一队身着非洲服饰的运动员举起了他们的拍立得相机想给总统拍照。奇怪的是，这十几名运动员都反拿相机，将镜头对着自己的鼻子，利用取景器往前看。这位摄影师暗想他们以前肯定从未用过相机。当克林顿总统低沉而洪亮的声音在体育场上方响起时，摄影师穿过人群走过去意图帮助他们，以免他们拍下自己模糊的脸庞而浪费胶卷。

由于不知道对方是否会说英语，他用手势示意其中一位运动员放低相机。“你是想拍摄总统吗？”他问道。运动员没有回答，只是看着他，看上去他好像听不懂英语，也不理解摄影师的话。“这样，你想拍一张克林顿总统的照片，而他在那边的高处，你得把相机反过来。我来给你示范。”摄影师把相机的方向转了过来。“你看，你得把镜头对着总统，然后从取景器里看过去，这样才能拍到好照片。”

“噢”，这位运动员用清晰而流利的英语回答道，“谢谢，先生。但是能让我给您展示一下吗？如果把照相机反过来，从取景器后面看也可以用。这样，相机就像望远镜一样，借由它可以非常清楚地看到总统。所以，我们正在用这些小玩意儿来看清楚总统，不过还是谢谢您的好意。”

摄影师无言以对。他在与这位不知名的运动员四目相对时，一定是张目结舌了。虽然那位运动员只说了“从后面看也可以用”，但是，这位摄影师还是感到了惊讶和尴尬：因为他完全误会了。他以专业摄影师自居，然后前去和一位看似需要帮助的“残障”人士搭话，但是站在他面前的人其实一点

儿也不无知，也更不是愚蠢。

在短短的一瞬间，在那熙熙攘攘的人群中，这位运动员的形象似乎在摄影师眼中发生了变化，但更确切地说，应该是摄影师注视这位运动员的眼神发生了变化——发生改变的并不是运动员而是摄影师的看法。那一瞬间，摄影师看到的不再是“愚蠢”或无望之人，而是一个聪明的年轻人、一个足智多谋的运动员以及一个亲切和善的人。刻板印象的标签不见了，过去人们对他们的那种由无意识的低期望所带来的伤害也消失了。摄影师真切地目睹了这一切，简单但却真实。

这段故事不禁让我深思。是谁在这一刻被改变？谁有“残缺”？谁有“天赋”？谁获得了某种毕生难忘的经历，又是谁那般对待别人？谁是施予帮助的人，谁又是接受帮助的人？

回想起来，这些问题的答案似乎显而易见，却又好像很难分辨。运动员和摄影师各有所施，也各有所得。两个人有着不同的残缺，一个有生理上的缺陷，另一个则是观念上有不足。二人又都各有天赋，一个聪明，一个善良。

二人都被自己过往的预设所伤害，又被一个简单而意外的转变治愈：翻转镜头，你会看到别样的世界。放眼看世界，近在咫尺与貌似远在天边的景致你都会尽收眼底。

1112年，圣伯尔纳铎（Bernard of Clairvaux）在法国村庄克莱尔谷兴建了一间修道院。身为改革者和牧师的他决心要激励新一代的男性和女性培养不同的眼光并采取不同的行动。他称自己的修道院为“心灵的学校”，并鼓励教众在当下感受上帝的存在，他们能在当下遇见“一种伟大而自由之爱”。他亦被称为“蜜一般甜的老师”。

虽然圣伯尔纳铎生活在千年之前，但他所面临挑战与当下的我们并无二致。我们生活在一个失却了信仰以及持久信念的时代，我们生活在一个极端动荡不居并且没有方向的世界。我们渴望稳定和安全感，却被未知团团包围。我们之所以极其重视长久的友谊和真实，一部分原因是其千金难求。我们困惑于那些终极事物，却不知道自己的困惑是否有价值。“审视你自己的道路”，犹太先知哈该（Haggai）在2500年前这样写道，“你真正想要什么？你播种的东西很多却收获很少；你进食却仍然感到饥饿；你饮浆却仍觉口渴；你顺从却得不到温暖；你的口袋留不住收入”（哈该1：5—7）。人类社会的某些要素违背了特定时期的特殊性。正如千年之前的人类祖先那样，我们也生活在一个躁动不安的时代。

但是像其他宗教中的神秘主义者一样，圣伯尔纳铎对于人类的求索抱持乐

观的态度。他教导我们，求索可能成功，但是如果不专注于正确目标，我们也会感到挫败。圣伯尔纳铎称这种目标为一种“伟大而自由之爱”，并且他竭尽全力号召他人亦为此而活。有些人——包括我在内——称这种爱为“上帝”。另有一些人称之为“和平”“涅槃”“统一”或“启蒙”。但无论称谓如何，我们知道它都是我们所追求的。那种可以让我们想要在早晨起床和努力生活的爱；那种可以让我们感受到重视与呵护的爱；那种可以引领我们相信彼此间的细腻之美与生活之美的爱；那种无条件的爱——想要追求它们的话，我们就必须一心一意致力于它。那种爱对于我们最为重要，却不易发现。

难道不是这样吗？几乎所有神秘主义者都在教导我们用以下方式寻觅它：我们不应将时间浪费在试图改变自己、贴合完美伴侣、无所事事或学习花哨的技巧上，要让自己的节奏慢下来并清醒地活在当下。圣方济各（Francis of Assisi）曾这样说：“你正在寻觅的东西，就是你所寻觅的东西。”如果我们想要寻求“某些更宏大的东西”，则不必去别处寻找。诗人阿拉比（Muhyiddin Ibn Arabi）这样写道：对于我们每个人而言，这个目标“比你更贴近你本身”。

虽然这么说似乎有违常识，但是我认为，有智力缺陷的人实际上是伟大的导师，他们拥有所有人都在寻觅的某些更宏大的东西。他们引领我去往特奥运动会的课堂，在那里我完成了自我发现，我的心灵被突然触动并就此开启。痛苦的不公正遭遇、喧闹的场上经历、意想不到的温柔与一切“生命都是美好”的突破性领悟一道，构成一种完整的教育。这个课堂由这个世界上最被边缘化的人引领着，他们既熟悉苦难，又善于自我修复。我在自家后院遇见了玩耍中的他们，我在充满绝望和不公平待遇的机构中遇见了他们，我看到他们的父母以及兄弟姐妹眼神中充满了被接纳的渴望，我在自己的家中遇到了他们。他们让我明白，生命十分脆弱，也十分珍贵。他们是我曾经以为绝不可能成为典范的鲜活例子，但是他们改变了一切。

和所有伟大的教育家一样，特奥运动员更多地教会了我们观察的方法而不是观察对象本身。但是，这世上不是只有一种观察方法吗?

并不尽然。多年来，我开始学着用另一种方式进行观察：由内而外。如果我无法学会观察到事物的本质，就无法体会到特奥运动员所尝试教给我的经验和教训。和大多数人一样，我曾经倾向于只是根据需要轻描淡写地进行观察，但是我错了。我不仅需要观察眼前的事物，还要看到潜藏在事物表面之下的东西。我不仅要用自己的理性去看透客观世界中的真相，还要摒除杂念抓住表象之下的真谛。我不仅要练习观察每件细微的小事，还要练习以开放的态度面对一切。如果我想要对任何有助于发现我所渴求的某些更宏大的东西有所了解，我就需要弄清楚如何从内部进行观察。

伟大的苏菲神秘主义者鲁米（Rumi）建议，这样一种观察方式创造了一种意识，使得我们能够看到可能会被隐藏的可能性和现实：

理性认为：“6个方向是限制：无法突破。”

爱认为：“有出路。我已经走过千百遍。”

特奥运动员让我相信鲁米的信仰，我们能够看到爱所给予的世界。我的出发地极其与众不同，那种相遇类似于耶鲁体育场上摄影师与运动员之间的邂逅。我带着要为他们服务的错误期待迎接了那些“不期而遇”，最终我的期待被彻底颠覆——于是我开始认识到“服务有需要的人”这一道德意识本身就阻碍了我去打开自己的眼界。对于那些我以为“无能为力”但却拥有我所不知道的力量的个体，我发现了一种认识他们的新方法。我一次又一次对那些看似正在同时经历痛苦和胜利的人的强大而感到困惑。在这种困惑中，我觉得自己被猛地抽离出原先狭隘的认识方式，一个心灵与宁静空间的视角让我恍然大悟。与这些运动员的不断接触足以促动我对他们以及我自己内心力量的认知，而我却不曾认识到自己一直在求索这种力量。简而言之，本书中提及的我所遇到的许多人都代表了爱的“心灵之窗”，即圣伯尔纳铎希望在心灵的学校中培养的“认知器官”，这让他能够接近自己所定义的如“上帝意志”一般的“极其伟大而自由的爱”。

我找到了自己认识特奥运动员的方式，这有赖于我所成长的家庭与我和妻子琳达所组成的家庭，以及我所祈祷的对象上帝——他也为我指明了道路。我曾经孜孜不倦地寻找着重要的东西，我曾经不了解自己正在做的事情，我曾徘徊、反复检视，然后发现自己凝视着地球上最脆弱、受伤最深、最无力的人们的眼睛。我曾以为，自己是为了告诉他们人生的意义而靠近他们，但是我并不知道该说什么。

相反，他们怀着万分的耐心等待我的发言。然而，最终当我成为聆听者时，我明白了该为自己那“任性而又珍贵的人生”做些什么：带着简单的礼物，无论何时何地，不顾一切，充满感激，平静地将其与他人分享，以无畏的热情融入世界。

第1章 赛船

在我5岁左右时，我迷上了一种游戏："赛船"。当时，我和母亲经常在家后面那一片广袤田野边上的树林中的小溪里玩这个游戏。这些树林是我的整个世界。从我家后门望出去是一望无际的田野，然后就是这片充满魔力的树林了。漆黑的夜晚，空旷无际的黑色田野那头是林木高低错落的黑影，我还能看见连成一排的四座发射塔上有红白光线闪烁着，如同沉默的警笛一般。

那时的我还是个小男孩，许多夜晚我都会躺在床上看着窗外那些发射塔发出的光，它们一闪一闪的，在诉说着自己的秘密信号。我知道它们来自遥远的城市，但我对这座城市的所有了解仅限于它是我父母工作的地方。有时他们会带回来很多朋友，有时他们带着满脸疲惫——小孩子能记住的只有瞬间的天堂或地狱。记得儿时，有一天母亲回到家中，对我说舅舅遇刺了，让我自己走开去找点儿事情做。而平日里，她总会带着我穿过田野，走进树林，开始我们特别的赛船活动。

这可不是一个简单的游戏。所谓的"船"其实是小树枝，所谓的"比赛"其实是我和母亲的树枝之间的比赛，看看谁的小船顺着溪水游得最快。因此，第一个挑战就是找到好的树枝——这种树枝应当浮力好并且不会挂住树叶或岩石上的任何突起。好的小船要足够小，这样才能足够快，但是它也要足够坚韧，这样才能一直顺水漂流。

当我们选好各自的赛船后，第二个挑战是在数三声后将它们扔进水中，让它们以恰到好处的落点出发，而后顺水漂流。然后就是屏气凝神的环节：我注视着小船在水中扭动和冲撞，朝着假想中的终点线奋进，疯狂地欢呼呐喊，鼓励它（如我所愿地）向着胜利挺进。接下来，这片树林天堂中就会响起一遍又一遍"再玩一次！"的哀求。

我喜欢进行这个游戏时那仪式般的过程——牵着母亲的手走过悠长的田野地带，走过从开阔的牧场草地通往高大的马里兰橡树形成的树荫的小路，以及踩起来吱吱作响的由落叶和树枝铺就的林间小道，当然还有我努力寻找打败"劲敌"妈妈的优秀赛船的十足劲头。我和妈妈在那片树林中自得其乐：静谧，远离恼人的电话、城市、汽车，没有那些不断询问施莱佛太太在何时、何地想要什么的人。我所要做的就是捡起一根树枝，然后让它成为一艘真正的船。当我的小船在急流、周围碍事的树叶、卵石和偶尔出现的漩涡的夹击下挺进并奔向胜利时，我会将自己的眼睛、耳朵、心灵和意志集中于我的小船之上。

人们常说，孩子会相信任何事情——比如圣诞老人和他的小精灵们，比如拥有彩虹和一桶桶金子的小矮妖，比如树枝做成的小船及其在危险中无畏的竞赛，比如孩子是母亲生活的中心。在赛船的那些日子里，我相信那些自己看不到的东西，我相信自己拥有一种力量，可以让世界变成一个充满爱和神秘感的永恒之地。

这便是我孩提时所相信的东西。再次找回它们，我花了很长时间。但是我相信，它们始终不变。

第2章 寄予厚望

我对信仰的理解可以追溯至我的外祖母罗斯·菲茨杰拉德·肯尼迪（Rose Fitzgerald Kennedy）。她是一个温暖而优雅的女人，用餐准时准点，喜欢长时间散步（我们这些孙辈经常被邀请同她一起散步），而且她知道很多充满智慧且有趣的故事。她每天都去做弥撒，经常在谈话中暗藏自己的信仰和天主教会的教义。她有时会在自己的公共活动中谈及信仰的作用——例如在罗马拜访教皇时，对波士顿大主教管区给予支持时，以及在孩子们的政治生涯中。

有时，她也会为自己的孙辈亲自授课。她特别喜欢对《路加福音12：48》加以阐释。其中《忠仆的寓言》提到：“被施予很多的人就会被寄予厚望。”“寄予厚望”对于她以及我的每一位家人而言都有明确的意义。期望是件严肃的事情，我可以很容易地看到周围环境中高大的房子、丰厚的财产和野心勃勃的人们，我们已得到了很多。我的工作就是找到一些方法，去满足他人对我的期望。

对我而言，寻找的契机总是在一些相当不同寻常的事件当中。我的家庭与政治为伍（20世纪后半叶的民主党政治），我的外祖父参与了富兰克林·罗斯福（Franklin Roosevelt）的竞选活动，但是他在那次竞选中的角色以及他后来在羽翼未丰的证券交易委员会（Securities and Exchange Commission）中所主持的工作，则多半受到务实的野心而不是理想主义所驱使。约瑟夫·P·肯尼迪（Joseph P. Kennedy）是一个在管理上倾向保守的人，很多人担心他的立场会太偏向左派，他之所以被雇佣，是因为他善于和华尔街打交道，可以让证交会的监管工作顺利开展。商业界在罗斯福惊人的就职讲话中嗅到了不祥之兆：

> 扭转“钱”坤的金融家逃离了人类文明殿堂的高位，我们现在可以使那真理的庙堂复归传统的信念。能够复归到什么程度，则取决于我们对于比金钱、利润更深刻的价值观进行运用的具体情况。

外祖父工作时则常常不会如此，同样的信息，他会以更温和且更婉转的方式传达：“别担心，证交会正在恢复元气而不是打消公众对自由市场的信心。”

然而，我父母获悉的是更为理想化的“新政”（New Deal）版本。他们不仅支持罗斯福，而且也认为，他们是在罗斯福关于面对软弱和贪婪时的勇气和正气的咨文的指引下，培养子女。他们眼中的罗斯福，是一个彰显了政

府可以在经济生活中成为公正力量的人。罗斯福致力于艺术家追求创作激情的理想、民生工程的理想，以及伟大的经济学家约翰·梅纳德·凯恩斯（John Maynard Keynes）的理想。他与劳苦大众身处同一阵营，与富人对立；他构想了一个国家，在这里老龄化群体不为以往的贫困和污名所困。他认为，重中之重是付诸行动。罗斯福的能量和立法进程与他突出的下巴一样强大。无所畏惧，至少是不畏惧恐惧本身——在这种罗斯福精神激励下锐意进取的时代楷模伴随了我的成长。我生命中的多个重要人物都曾在“二战”期间服役。我的父亲萨金特·施莱佛（Sargent Shriver）见证了太平洋战区的激烈战斗，而且好几次都险些丧命。我的一位舅舅，小乔·肯尼迪（Joe Kennedy, Jr.）在欧洲战区执行一次高危秘密任务时牺牲。肯尼迪总统在海战中的英勇事迹是我在孩提时津津乐道的话题之一，每次出席家庭活动时，我都会佩戴PT–109领带夹。我的很多朋友和熟人也都经历过战事，但他们可能没有意识到自己谈及这些经历的频率有多高。理查德·拉格斯代尔（Richard Ragsdale，我家的长期雇员、我的第二位父亲）经常会开车送我们这帮孩子去参加重要活动，他在开车时就会对我们重提他在北非巴顿第一装甲师服役时留下的那些弹片伤口的故事。故事末了，他会向我们展示自己以情报员身份抵达米兰时拍的一张照片——那是一张美军抵达前墨索里尼（Benito Mussolini）的尸体被倒吊示众的黑白照片。随后，他地狱般的故事才会结束。

在实施新政和“二战”期间，我的父母在芝加哥结了婚并开始在那里生活。我的父亲曾在外祖父经营的芝加哥商品市场工作——这个市场可能是外祖父的传奇商业生涯中最赚钱的投资。外祖父所创造的财富也是我们儿时学习关注的焦点之一。父母送给我和兄弟姐妹们很多礼物，尤为值得一提的是，我们看似安逸和拥有特权的童年并没有让我们感到自我满足或不当的荣耀，这要感谢双亲的判断力。父亲严肃地告诫我们，富人家的孩子“常常是扶不起的阿斗”，并提醒我们不要走上那样的道路。我的父母都特别注意摒除我们任何傲慢自大的痕迹。我们一旦待人傲慢或表现出势利，就会听到大人严厉的呵斥：“你以为你是谁？你凭什么那样说话？”通过一种奇怪而混乱的感受，我们对特权的了解大多源自对它的否定乃至于为它付出的代价。

此外，还有家庭悲剧——通常由那些具有突发性、重创性的重大公共事件导致。在某种角度上，我们一家人很幸运，因为我的父母和兄弟姐妹仍健在。但从另一种角度来看，家族里发生的残酷的悲剧与缺失不断摧毁着我对渺小的自己身处一个理想化的大家庭中的期待。通过这些缺失，我最终明白了童年最让我困惑的一个问题：悲伤和其他情感创伤是否不该被人们所谈论？事实上它们几乎不被人们所认可。孩提时代的我们有一个不成文的原则：尽全力应对自己的缺失。我们会听到大人低头对我们无情地说：“振作起来！天堂里人人都是高高兴兴的，而且，至少你没有比现在

更糟糕。”我们得到了太多财富上的惠泽和信仰的宽慰，所以我们不应表现出自怜或痛苦，也不应总是沉溺于这种感觉。

在这种情感蒙蔽策略留下的真空中，宗教成为一种解脱之道。我的父母都是虔诚的罗马天主教徒，他们每天都参加弥撒，广泛阅读体味宗教典籍中的思想，并且积极参加宗教团体和机构的日常活动。对于他们而言，信仰会让他们产生热情甚至是乐趣，因为他们会展开关于宗教的争论，并且试图给我们灌输相关的宗教教义。而且，在一种颇显神秘的花招之下，情感问题总会被转化成宗教问题。那时，我们一家人经常一起做祈祷，我还记得母亲一遍又一遍地念着祷文祈求她的兄弟们灵魂安息，祈求我们的悲伤会随着念珠转动而流走，祈求我们的痛苦转化成祥和。有时，当我们和父亲一起坐在车中时，他就会给我们这些为教义着迷的小听众讲，“山上宝训”（Sermon on the Mount）是“最伟大的演讲，它告诉人们如何获取幸福”。和母亲一样，父亲也相信幸福会在人献身基督教传统和礼仪习俗之时通过某种方式出现。有一次，我问起父亲对心理学的看法，他马上表示，弗洛伊德（Sigmund Freud）等人的学说可能会对我有所帮助，但是我们有自己的信仰，它远胜于任何心理治疗师的帮助。

无论有没有心理治疗师，宗教都深深地吸引了我。祷告是一种允许情绪释放甚至是酝酿的仪式。教会是个体在安宁的状态中寻求祥和的地方，而不只是谈论政治理想的地方。《圣经》是关于迷失的灵魂奔向自由、可抵达天堂的一本书。我曾在教堂中看着父母祈祷，我看见父亲将手放在前额做祷告，我看见母亲注视着圣母玛利亚像并试图践行她的信仰。那时，7岁的我是一个祭台助手，我正走在一条信仰之路上并且已经开始思考：“上帝是谁？什么才是我所寻找的最重要的东西，上帝的答案是什么？”

在日常生活中，我的家人总是忙忙碌碌的。为了消灭贫穷，为了赢得体育比赛，为了帮助智障人士，为了展现个人魅力，为了其他各种原因，我们各处奔走。在所有事情上进行竞争已经成为惯例。我的父亲一大早醒来，会号召大家比赛谁第一个下楼吃早餐；我们会比较学校报告卡上的表现，看看谁最聪明；我们会玩橄榄球，看看谁跑得最快；我们会骑马，看看谁的骑术最佳；我们会讲述聚会故事，看看谁最有魅力；我们会阅读报纸，看看谁的民意支持率最高；我们会参加竞选，看看谁能赢得政治权力；我们会在周末玩水球，看看谁最能忍受体罚。我们不停地寻找获胜的机会，但也加强防范以免失去机会。通过这一切，我们可以笑对自己的失败，并笑看世界，正如我们渴望克服这二者带来的困难一样。唯一和我们家族中的那些高期望、社会正义和宗教忠诚一样清晰的教训便是竞争法则，记分卡上记录了我们的自我定义和个人价值观。只有在赢得某种东西时，我们才能有某种满足感。

讽刺的是，这个家族体系如此深刻地参与全球政治，如此无休止地追逐权

力，如此高度专注于行动，但它也不断给我们带来生命中最脆弱的东西。正如我们在自家后院里赛跑、在全国各地进行竞选活动、环游世界各地，我们总想为那些既没有财富、也没有权力的人提供服务。我们会出国旅行并会见别国总理或国王，访问为智障人士或和平队污水项目而创办的机构。在餐桌上，有时母亲会要我们谈谈对某位现任美国议员民意调查数字上升的态度，以及对饥饿问题的看法。正如我外祖母笃信的原则那样：你已经得到了很多；因此必须服务他人。“服务，服务，服务，”我的父亲曾经在一次激动人心的发言中说道，“将要拯救我们的正是服务者。”

在我的直系亲属中，服务并不涉及政治选举。毕竟，20世纪60年代时出现在我们家族中的死亡悲剧，1972年、1976年和1980年的总统选举中遭受的一系列惨重失败，以及作为替罪羔羊的终身耻辱，这些都因政治而起。除了作为一条铺满名誉、伙伴情谊和宏伟想法的大路以外，政治似乎更是一个简单的日常问题——“你是哪个党派的？”竞选活动令人兴奋不已，伟大的想法也令人信服，但是对我而言，那里多半是个压力极大、言辞浮夸、对抗手段卑劣、家族成员决裂且与个人感受无关的世界。我们笑对竞选，我们精神抖擞地挨家拜访，当我们的亲人在演讲中认出我们时，我们很开心。但是，参与竞选政治并不是为了让一个孩子感受到自己被特别对待，恰恰相反：它让我们感受到自己的渺小——孩提时，我们感受到自己的弱小；青壮年时，我们感受到人生的渺小。在大多数情况下，这种感觉糟透了。

但是，政治也有其诱人的另一面，比如带着小写“p”的政治活动——参与现有政治（political）和社会组织，促进某项公共福祉（public good）。这正是我们家族的工作。我的父亲很晚才参加竞选，虽然他在1972年成为美国副总统候选人并因此参与总统候选人初选，但是他在创建和倡导社会项目上更有天赋，也更快乐。同样，尽管我的母亲经常被比作政治动物，但她自己从来不参加公职竞选。相反，她选择通过倡议社会项目来实现自己的政治理想。他们创建的项目都非常特别。

虽然当时我只是个孩子，但这些项目也成了我生活的一部分。在我6岁的时候，频繁周游世界的父亲有一次为我们这些小孩子带来了一份特别的礼物。每个孩子都得到了一套深蓝色的漂亮的美军海军服，上衣夹克的右侧绣着我们的名字，左侧则是美国和平队的标志。每周六我们会穿上这身“和平队服”，而这一天父亲总会召集他的高级官员在我们位于马里兰郊区的住宅中进行一整天的工作会议。和平队已经成为美国国家政治的掌上明珠，它体现了美国追寻繁荣、理想主义和赞赏勤勉的国家价值观。每次我都会穿着水手服，扬扬得意地向在客厅中工作的大人们展示。在那里，政治不是权力或击败对手的手段，而是代表着重要的价值观。记得有一次，我听到父亲在后院召集他的同事们组成一支队伍：“看蒂姆穿着他的

和平队服在奔跑！看看他跑得多么快！”争取社会正义的斗争发生在一个大舞台上，但也关乎家庭。

在我的家中促成了很多这样的项目——启智计划（Head Start）、法律服务公司（Legal Services Corporation）、向上跃进项目（Upward Bound）、就业工作团（Job Corps）、社区行动（Community Action）和老人寄养家庭（Foster Grandparents）等。那时我只是个孩子，原本并不知道这些对抗贫困的项目所面对的不公与挑战，也不会知道它们试图在化解20世纪60年代形势动荡的城市之中的愤怒与隔阂。此外，我母亲在我幼年时进行的革命性试验——施莱佛训练营（Camp Shriver）十分有意义。

我的母亲有8个兄弟姐妹，其中三位——杰克（Jack）、鲍比（Bobby）和泰迪（Teddy），都有着异乎寻常的政治生涯。虽然我母亲的姐妹不为多数人所知，但她们实际上却拥有惊人的活力和成就。我的姨母珍（Jean）为残障人士成立了一个国际艺术项目并亲自担任大使，另一个姨母帕特里夏（Patricia）是一个仿佛从童话世界中走出的美人，她毕生都在襄助兄弟姐妹们的事业。但是，在2005年去世的姨母罗斯玛丽（Rosemary）却可能是我母亲最特别的手足。

罗斯玛丽姨母出生于1918年，母亲说罗斯玛丽姨母的问题源自她出生时外祖母的难产。“罗斯玛丽姨母在出生时缺氧，所以我们认为那是她之后遭受磨难的原因。”她出生后不久，在一整天的医学术语轰炸之后，罗斯玛丽姨母被诊断为“智力障碍”。

她的父母，和世界上数以百万计的父母一样，努力寻找一切支持或帮助。罗斯玛丽姨母直到11岁才进入其兄弟姐妹所在的学校。在那之前，她的学业一直落后，因此她被送进了专门教育智障孩子的宾夕法尼亚寄宿实验学校。在接下来的12年中，她去了多所学校学习，期间只在家中短住。为了治好她，我们一家人也长期处于压力之下。

我的外祖父和外祖母一定经历过痛苦挣扎，到底是该为他们的孩子亲力亲为，还是让她去其他地方接受照顾。罗斯玛丽姨母一定会感到极度孤独，但她也能从收留学校中感受到温暖。虽然她的兄弟姐妹无法从她的角度去感受世界，但他们在成长过程中也爱着这个被别人称为“病人”的姐妹。

罗斯玛丽·肯尼迪在她23岁时进行了实验性脑部手术——前脑叶白质切除术，这是为了矫正她正在恶化的情感和认知缺陷。这场手术是一场灾难，术后她只剩下了最有限的言语和运动能力。她余生的60多年都在威斯康星的一家看护机构度过。这之后，她的父亲再也没有看望过她。在20多年中，她的母亲和兄弟姐妹也很少找时间探访她，她几乎可以说是一个不存

在的人。

但是当我出生时（大约在她接受前脑叶白质切除术20年后），罗斯玛丽姨母已成为我们家的常客。她常来我家小住几天，打牌、游泳、散步或参观周围的景点。对我们家族而言，战胜对手并获得影响力对于我们的幸福不可或缺。但我们该如何解释罗斯玛丽姨妈的生活有何价值呢？

罗斯玛丽姨妈对我们家的所有人都产生了极致的影响，因为她的使命很特殊，她也是我所见之人中唯一不需要通过任何事情来证明自己意义的人。在这种竞争性极强的家庭制度中，享年86岁的罗斯玛丽·肯尼迪没有发表过一次演说、没有写过一本书、没有从事过任何一份工作，也没有获得过权威人士的称赞。尽管她没有达到那些被家族强加的期望值，但她仍然属于这个家族。在我的记忆中，我曾经深深地羡慕她。她的出现改变了一切。

从1962年起，她成为产生于我家后院的新项目的催化剂。在那里，我的母亲发起了一场名为“施莱佛训练营”的革命，她决心向别人证明罗斯玛丽姨母在多年前就想证明的一课：智障人士也是人，他们有权得到原本属于他们的关爱、机遇和包容。

在创办施莱佛训练营之前的年月里，我的母亲将大多数精力都投在了调研智障人士生活设施、与专家学者会谈、对治疗机构进行捐款以及聆听患者家人的心声上面。那些经历触动了她的愤怒和沮丧，因为这些人曾经遭遇了极端的痛苦，而社会却对此无所作为。于是，她决定采取行动。1962年，她下定决心，让华盛顿特区和马里兰州郊区充满恶臭的收容机构中的智障孩子享受到童年的乐趣。她必须自己实现这个梦想，于是她决定，带着孩子们在自家后院里进行。那也是我出生的地方。

在我的记忆中，施莱佛训练营贯穿了我所有的情感经历：我曾在营地的艺术和手工艺中心和其他营地成员一起搭建并涂绘我的小木桌，然后将它送给了我的父亲；我和营地成员一起上绳索课程、走平衡木、将自己吊在树上以及跳越障碍物；我还和营地成员一起在场地上骑马绕圈、骑小马驹。一系列游戏与活动将我家后院变成了一个模拟的游乐园，它们成为我夏日午后的消遣。我的母亲将这一切看在眼里，并睿智地说道：

> 人们应该担心那个只有4岁心智的9岁小男孩温德尔吗？我们待在营地期间，他和我的儿子蒂姆一起以同样的速度和熟练程度做了很多事情，两个人很要好。他们会在游泳后收拾起自己的衣服，还相互督促；他们都能接住球和投掷球，但是温德尔在踢球方面比蒂姆强。他们都以相同的速度奔跑，来回冲撞。温德尔和蒂米会手拉手一起跑下山去，温德尔会在蒂米爬山累了的时候帮助他。

施莱佛训练营是一个游乐园，在这里可以做各种游戏、进行球类运动、游泳，还有一个叫温德尔的朋友。

施莱佛训练营也是一个激起人好奇心的地方，对于我而言，它不过是在某个人家后院聚集了上百个智障人士的普通场所。从白天到晚上，时时刻刻似乎都有志愿者来帮忙。桑迪·艾尔乐（Sandy Eiler）是一位充满活力的前奥运会运动员，他负责管理营地活动，但是他和其他人一样，对于活动计划只有一点有限的概念。一些服刑者会定期被派来工作，他们承担建造游戏和活动设施等重体力劳动。只有在非常偶然的情况下，训练营成员才会宣泄情绪或有失控的行为。我的母亲是训练营一切事务的中心——她是一个非常活跃、魅力四射、要求严格、全心投入的人。当施莱佛训练营还鲜为人知的时候，革命其实正在那里进行着。对于母亲而言，那是包含着体育、信仰和社会公正的行动主义，也是对破坏了她和罗斯玛丽姨母幸福生活的传统势力的挑战。

在施莱佛训练营活动期间，我以一个孩子的视角所看到的一切伴随了我今后几十年的生活。我记得在某个夏日的早晨，我独自站在自己的卧室中，眯着眼睛看着窗外，营地成员陆续到达并集合，他们观看升旗仪式，听号手吹响国歌，并齐声唱着“如果你快乐，你会知道”。我看到志愿者引导着营地成员从学校巴士上下来，前往旗杆处，他们歪歪扭扭地排成一列，看着国旗徐徐升起，听着号手独奏的国歌。然后，他们鼓掌并唱起歌来——“如果感到快乐的话你就拍拍手！”

在我的记忆中，第一次看向窗外或许是四五岁时吧，那场景似乎经常出现，犹如昨天。你如何变得“快乐”？又如何得知自己是快乐的？你的“期望”是什么？而我该满足谁的期望？什么最重要——成为参议员或总统？还是和一个智力障碍儿童在水池边嬉戏？这些智障儿童都是谁？为什么帮助他们变得快乐如此重要？

我意识到，我的生活将与那一幕场景息息相关。我无法移动自己的视线，我的小脑袋瓜在眼前的场景中搜索，恳求它给我关于未来的线索。

在那一刻，时间仿佛凝滞了，情感和心灵的整合冲击着我的眼睛，深入我的骨髓，然后与我终身相伴。弗兰纳里·奥康纳（Flannery O’Connor）曾经写道：“任何经历过童年的人都有足够的过往陪伴他度过余生。”在施莱佛训练营的那段日子里，我看到了自己生活中的问题。我想弄清楚如何面对我们家族无休止的嘈杂和悲伤，同时践行我的人生目标。后来，我学着如何去祷告，让人生变得更有意义。我学习臣服并在沉默中拼出我经历过的破碎的世界，学习在时间和空间中战胜困难。

施莱佛训练营里的孩子是多数人眼中没有价值的人，但是当他们来到我们

家，便有机会在一些简单的游戏中找到胜利的感觉。这就是全部。那些年，当我和他们一起玩耍时，几乎没有意识到他们日后将对我的生活产生影响，但后来我意识到，那些营地成员与我所渴望获得的人生答案有那么密切的联系。我意识到，他们通过一种最不可能也是最不寻常的方式满足了我对家庭的期待和渴望。

我花了20年才明白，让其他人有机会进行不同的尝试，最大的受益者其实是我自己。而且，成为我求索之路上强大榜样的并不是我曾试图超越的那些大人物或俊男美女，而是我曾经帮助过的弱势群体和最被边缘化的人群。

第3章 怜悯还是净化

对于像在施莱佛训练营中活动的孩子们和罗斯玛丽姨母这类人来说，寻求归属感这条路异常艰辛，甚至很残酷。事实证明，缺乏某些行为能力十分麻烦，会因为遭到别人的拒绝和羞辱而找不到归属感。作为一个孩子，我当时无法理解，无助的他们要生存下去是多么艰难，同时我也不知道自己未来将会像他们一样必须在艰难中求生。

施莱佛训练营的人都是一些智障的孩子和年轻人，他们的生活无人知晓。我记得，他们不同寻常的行为总是使我困惑。为什么一个女孩子会莫名其妙地大喊大叫？为什么一个男孩子会在营地里一直戴着头盔？当他们讲话的时候，为什么我听不懂他们在说什么？他们过着怎样的生活？对我来说，他们似乎既开心又有些脆弱。多年后我才明白，这是因为他们中的大多数人都经历着人间地狱般的生活。

很少有人了解智障人士的人生经历，而且智障人士通常都会遭到不公正的待遇。从古至今，世界各地的智障人士大都被剥夺了人权、被边缘化，遭到人们的虐待、排斥，甚至被杀害，同时还使他们的家人陷入绝望，被迫与羞愧和嘲讽的恶魔抗争。

不幸的是，在智障人士所生活的社会中，人们对智障根深蒂固的偏见往往成为他们自己排斥智障人士的行为进行辩护的理由。从《圣经》中神圣的经文开始，“残疾”这一神秘的主题就频繁出现。尽管我秉承传统的基督教教义，对其仅有一些个人的理解，但是其他宗教的信仰者和我一样，对源自宗教的复杂性以及相关困惑都有自己的看法。

在《圣经》中，著者试图理解上帝向残疾人传递了什么信息、通过他们透露了什么信息，虽然没有人确切地洞悉文本内涵，但许多信徒认为残疾是受上帝惩罚的后果，或是罪恶之证。在一些章节中，当上帝发怒，并将种种灾祸，如失明、狂暴和疾病施加在希伯来人身上时，读者有时便将这种“与残疾相关的强烈的负面联想视作一种不幸且不良的状态”。在基督教经文中，一些故事也同样让信徒认为残疾通常是罪恶或羞耻的证据——耶稣有时会“治疗”残障之人的罪恶，并将他们身体内的“恶魔”驱走。有一个故事这样描述，耶稣治愈了一个“被魔鬼附身、又瞎又哑的男人”；在另一个故事中，耶稣通过斥责某人体内的“恶魔”从而治愈了一个癫痫患儿。人们认为，经文能够为残障者净化身心，残疾与受苦相关联，残疾人是有罪的。

但是，另一种观点也出现在经书中：残疾能召唤人们产生同情心、慈悲

心，这也是理解上帝的一种途径。读者发现，圣经戒律为制定保护残障人士的法律做出了最早的努力：“汝不应诅咒聋人，也不应在盲人面前放绊脚石，也不应让其偏离正道”（《利未记19：14》）。先知以赛亚赞美那些给予残障人士关爱和救助的人，并将他们描述为“社会漏洞的修补者”。与他的犹太祖先一样，居住在拿撒勒（Nazareth）的耶稣常常与受到排斥的人交往，并邀请他们进入其王国——流浪汉成为其门徒，孩子们变得非常聪明，而“最不被重视的人”变成了“头等重要的人”。盲人巴迪迈（Bartimaeus）是残障人士代表。故事中这样描述，当耶稣接近他时，他大声呼喊：“耶稣啊，大卫之子，可怜可怜我吧！”（《马克福音10：47》）人们呵斥他，但他仍然继续大喊。最终，耶稣倾听了他的诉求，并告诉他，他的信念足够强大，可以治愈自己。

其他主流宗教的教义尽管侧重点不同，但都不断重复着这些相同的主题。《古兰经》中的箴言告诫人们要包容并收留残障人士：“盲人、腿有不便者、病者，或是你自己在家中吃饭，这没有什么坏处”（章节24：61）。还有更明显的例子，《古兰经》的一节经文描述了上帝因先知穆罕默德拒绝帮助一个盲人而斥责他——这个盲人只是打断了他的演讲，这似乎加深了真主想要残障之人获得尊严，得到尊重的思想。

印度教传统中有着同样丰富的思想，其教义要求人们为病患和残障人士提供治疗，帮助他们完全融入社会，仁慈地对待他们，并免除法律对他们的惩罚。佛教以八正道教导人们——即正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正念以及正定，这是终止苦难的途径。

但是，历史证明，现实社会对残障人士一直很刻薄。希腊人在形成其在政治、司法和德行方面的崇高理想时也没有关注残障人士，反而坚信社会需要清除这样的人，而这一想法在现代社会仍然盛行。许多故事都描述了古希腊和古罗马人把残障人士当作祭祀仪式上的祭品，有时甚至将他们杀害来进贡诸神。（古希腊人会将残障的新生儿杀死，这是斯巴达法律所规定的。）

古希腊哲学家柏拉图为处置残障人士提供了一个可怕的解决方法：“你们应该在自己的国家制定医疗法规，你们应该医治那些健康状况良好的公民。其他不健康的人，最好是让他们死去；至于那些精神状况严重恶化以至于无法医治的人，也应该将他们杀死。这对于那些遭受痛苦的人和社会来说，都是最好的。”古希腊哲学家亚里士多德也同样支持杀死有缺陷的婴儿：“我们应该制定法律禁止畸形儿活下去。”

我们将现代社会的开端乐观地称为“启蒙运动”，这一运动为所有人许下了平等与自由的愿景，不管他们出身或社会地位的高低。然而不幸的是，对于智障人士来说，事实正好相反，由于人类价值观的最高表现形式是拥有

正常的思维能力，并且科学是创造人类商品的方式，因此智障人士在社会中的价值只会因此减少。法国哲学家勒内·笛卡儿（René Descartes）的名言“我思故我在”使理性的自决自主这一思想成为现代社会的显著标志，进而形成了一种全新的，且对残疾人更具破坏性的泯灭人性的形式。因为对于残疾人来说，理性既非一种优势也无任何价值。

笛卡儿是第一位论证理性是人类最重要属性的人，而约翰·洛克（John Locke）这位著名哲学家则认为，作为一个人，就意味着他能进行抽象思考；因此，智障人士是低等的“蠢人”，他们没有高尚的品行，也没有灵魂；这样看来，国家没有义务为这些人服务，而诸如弑杀这样的婴儿的行为也是正当的。

像洛克和笛卡儿这样的欧洲哲学家的思想在被过分剖析之后运用到了新的社会活动中，这导致了此类泯灭人性的行为成为政策和实践的基础，20世纪公共机构的雏形也于此时出现。“1752年，在托马斯·邦德（Thomas Bond）医生和本杰明·富兰克林（Benjamin Franklin）的带领下，第一家综合性医院于费城的美洲殖民地建立。建立这家医院最主要的目的是为精神病患者提供关护。”尽管这家医院在其建立申请书中言辞恳切，但它实际为精神病患者所提供的治疗仅仅是：冷热水交替浸浴，剃头并痛打其头部，放血使其失去知觉，清理肠胃，将其囚禁在地下室，使用旋转仪和镇静椅。美国第一家精神病院于1773年在弗吉尼亚州建成。当时还有少数救济院和收容所零星分布于美洲的各殖民地和墨西哥，这些机构均宣称它们运用的是相似的“治疗方法”和“关护手段”。

值得庆幸的是，这样的公共机构直到19世纪中期终于开始受到人们的广泛关注，那时，一个名叫桃乐西亚·迪克斯（Dorothea Dix）的社会激进分子开始在全美范围内考察精神病患者和智障人士的生存状况和接受治疗的情况。她在家乡马萨诸塞州目睹了智障者所遭到的虐待后决定以行动来改变这种现状。她的第一篇报告于1843年出版，其中描述，患者被囚禁在“笼子里、密室内、地窖里、马厩里和栅栏里！他们被枷锁束缚、被剥去衣服，被人用木棍抽打，以此被驯服……一个女人由于身体肮脏、全身赤裸，受到了极大的刺激，竟然开始一点一点地撕扯自己的皮肤”。在接下来的30年中，迪克斯一直致力于建立“关护”中心，让智障人士和精神病患者能够得到更人性化的照顾。

迪克斯的努力推动了遍及美国和欧洲的公共机构的建立，这些机构遵循了她在报告中所描述的“道德疗法”的理念，不赞成各种形式的逼迫、惩罚和施虐。然而不幸的是，精神病人受虐待的状况仅仅得到了暂时的缓解。由于经济危机使得获取资金支持极其困难，大约到1870年为止，公共机构的运营状况急剧恶化。此外，在这些机构建立之初，就从人满为患的监狱涌进了许多囚犯，这使得容留人数严重超出机构负荷成了这些机构的常态。

接下来，在19世纪与20世纪之交所发生的事情是史无前例的。对于精神病患者和智障人士而言，1890年至1950年是西方国家最黑暗的时期。在那之前，“优生学”这种通过育种选择来研究如何提高人种质量的学科，一直以来就是一门模棱两可性质不定的伪科学。但是在19世纪末至20世纪初这一时期，优生学已得到了公众极大的关注和支持。优生学家坚持认为智力具有生物遗传性，而低能这一高智力的对立面也有遗传性，因此这对人类基因库来说是个威胁，尽管这种威胁可以得到控制。一种狂躁的、对种族退化充满恐惧的心理占据了盎格鲁–撒克逊人的国家。大西洋两岸的杰出科学家们泰然谈论着即将发生的种族灾祸。许多人坚信，如果他们不认真育种，盎格鲁–撒克逊人这一种族的智力水平将会不可逆转地急剧下降。

过去人们认为，智力低下与犯罪、毒瘾、福利依赖、滥交和肆意生育紧密相连。而事实上，几乎没有优生学家承认当时所谓的智力缺陷与背离中产阶级标准的行径之间有什么不同。这些优生学家认为，通过育种选择能够避免出现有生理缺陷者。美国精神病学家亨利·戈尔德（Henry Goddard）于1919年提出：“人类行为的主要决定因素是一个统一的、被我们称之为智力的心理过程。”他相信，如果我们消除了那些智力低下者，那么我们就能够因此清除那些轻度犯错的人和罪犯，人类社会也会朝着资产阶级社会常态下的乌托邦愿景发展。

之后，强大的公众力量跟随科学的脚步“揪出”那些低能患者，阻止智障人士生育。在美国，立法者制定了强制绝育法，然而公众抗议的声音却少之又少。1907年至1970年，在这些法律的规定下，有超过6万“不适合生育”的人不得已接受了绝育手术。优生学家还催逼他们入院接受治疗。“通过法治改革，我们可以将最严重的低能者、惯犯和绝望的乞丐与其他人隔离开来”，英国科学家及皇家学会的成员威廉·塞西尔·丹皮尔·维萨姆（William Cecil Dampier Whetham）和他的妻子于1909年写道，“据此，我们可以清除种族中毫无价值、受到污染的血液。”

1916年一部广受喜爱的电影《黑鹳》（*The Black Stork*）就是以一位杰出的优生学家哈里·海赛尔登（Harry Haiselden）为原型而拍摄的，他在电影中扮演自己。海赛尔登是一位有前瞻性的医生，力图让人们了解残障人士对我们造成的威胁。在电影中，他成功说服了一位母亲拒绝让其有缺陷的新生儿接受紧急手术，而是让这个婴儿就这么死去，并对这个母亲解释，婴儿的缺陷会影响他未来的生活。出于为科学做出贡献和牺牲的喜悦，这位母亲同意这么做，而且这部电影也记录了这个婴儿缓慢死亡的过程。

这部电影引发了广泛回应，信件文章汹涌而至，大家都在赞扬电影中要除掉那些不受欢迎的“社会寄生虫”的观点。哥伦比亚大学社会学系系主任写道：“人们应该充满仁慈地让这个有缺陷的孩子死去。”一位纽约医生则进

一步表示：“无论这个寄生虫是身体有缺馅还是智力有障碍，他不劳而获的日子很快就过去了。”1932年，一部广受喜爱的电影《怪胎》（*Freaks*）讲述了杂耍演员的生活，这些演员大多有身体和智力上的缺陷。电影在开篇就发表了这样的免责声明：“由于科学和畸形学正在迅速地将自然界中诸如此类的错误从世界上消除，我们将不再拍摄这样的电影。”

1927年，联邦最高法院加入到了这场全民讨论中。在巴克对贝尔案的判决中，“为了国家的安全和健康”，法院赞成为智障人士强制实施绝育手术。这个案件中的原告，一个名叫凯丽·巴克（Carrie Buck）的孩子在她的母亲被诊断为“有智力缺陷、遗传病、低能”并被强制收入医院治疗后，被送到了一个寄养家庭中。凯丽于17岁生下一个私生子之后，这个寄养家庭于1924年将凯丽也送进了精神病院。她在弗吉尼亚州癫痫病患者和低能者的聚居区生活期间，法院判决对其强制实施绝育手术。在8：1的判决下，法院维持了强制实施绝育手术的判决，指控凯丽、她的母亲和她的女儿犯有乱交罪。在奥利弗·温德尔·霍姆斯（Oliver Wendell Holmes）审判长进行裁决时，他总结道，“这将为整个世界带来更好的结果，社会与其让她们堕落的后代在犯罪后等待死刑，或由于智力低下而饿肚子，还不如阻止她们继续繁衍劣种……三代弱智已经足够了。”判决结束后，凯丽·巴克被强制实施了手术，并接受了输卵管结扎术。

很多年后，凯丽·巴克得到了“假释”，她离开了弗吉尼亚州癫痫病患者和低能者的聚居区，并找到了一份保姆的工作。凯丽的女儿薇薇安在童年时（就在她刚刚被选入学校的优等生名单的一年后）死于麻疹。

这段历史中最令人心痛的伤害是，人们想当然地认为有智力障碍的人没有能力感受被侮辱的痛苦，没有能力理解人们恶毒的愚弄，不会对可怕的治疗有所反应。但是，现在我们知道他们是有能力的——他们听到了，感受到了，也经受住了一切。“自然界的错误”，“弱智”，“寄生虫”，“足够了”——成千上万的智障人士无疑都曾听到过别人这么描述自己，他们见到了医生拿着令人生畏的工具箱进进出出，他们过着担惊受怕的日子。关禁闭、虐待、医学实验、电击疗法、放射性食疗、隔离间——所有这一切智障人士都曾遭受过。

几十年后，身为残障人士的社会学家欧文·佐拉（Irving Zola）说：“我们过去用来描述自己的词汇都是从社会语汇中借用的——我们是畸形的、有毛病的、不健全的、精神失常的、变态的，最准确的表达则是残废的。”想象一下，如果一个家长听到别人把这些标签附加在自己孩子的身上，或者一个人听到别人这样标定自己，会怎样呢。有智力障碍或是其他缺陷的人忍受着这些标签所带来的侮辱，忍受着不被认可的残酷对待和恶语攻击，可是他们是人啊，我们必须不断地重申这一点。

果不其然，智障人士遭到的残害在“二战”期间达到了顶峰，纳粹的种族灭绝计划不仅将目标锁定在了上百万的犹太人身上，还杀死了超过20万的智障人士，并对另外40万智障人士实施了绝育手术。这使我们清醒且惭愧地意识到纳粹种族灭绝计划的一部分——绝育，这正是基于1909年始于美国加利福尼亚州的一个项目。值得关注的是，在纽伦堡审判中，一个纳粹分子引用了奥利弗·温德尔·霍姆斯在巴克对贝尔案的裁决中说过的话“三代弱智已经足够了”来为自己的罪行辩护。

那么，我们应如何理性认识这段令人悲痛的历史呢？仅仅是指责过去会让我们忽视残障人士长久以来所忍受的污名，也让我们无法审视自身。无论我们把自己看得多么理智和包容，那些带着标签的社会弱势群体仍然很容易被所谓“正常的”大众当作排挤的对象。主流文化看重理性和逻辑、力量与美学，但是智障人士告诉我们，人类的理性是有限的，有些人生来就有身体上的缺陷。我们的文化同样看重经济自由与生产能力，但是智障人士告诉我们，这些想法是测量人类价值的一种狭隘的方式。

哲学家阿恩·维特勒森（Arne Vetlesen）曾写道：“我们都在试图应对人生中5个无法逃避的天性：软弱、依赖、死亡、孤独和脆弱的人际关系。”这些天性反过来迫使我们与自身的弱点进行抗争，这种抗争往往表现为把智障人士当作目标将他们消除，就好像消除了他们，就等于消除了我们内心的脆弱。残障人士所经受的一切主要源于人类固执地想要逃避天性带来的痛苦。

但是，逃避并不能让我们活出完整的自己，也不能让我们充满活力地活着。任何一个人只有勇敢面对恐惧，追随内心，才能真正感受到生命的活力。残障之人并不会伤害我们，只有面对他们，我们才能坦然接受人生的痛苦，从而缓解内心经受的折磨。如果我们害怕直面脆弱，那么我们就不能敞开心怀慷慨地去爱他人。这样，我们就有机会接受所有人本来的样子。

许多年之后，我才意识到我的家族受到的影响有多么深，家里有一个智障的亲人，这件事所带来的羞愧和脆弱是我们家族的秘密，最终，这也成为一个无法被保守的秘密。

第4章 罗斯玛丽姨母

我们一家人是怎样对待脆弱的罗斯玛丽姨母的呢？我的姨母罗斯玛丽·肯尼迪于1918年出生时便进入了一个混乱而脆弱的世界。此时，《黑鹳》中描述的杀婴事件刚过去两年，9年后出现了奥利弗·温德尔·霍姆斯在巴克对贝尔一案中的判决，而且当时“科学对待变异”是社会的主流态度。罗斯玛丽姨母出生的时候，人们对优生学的狂热正值巅峰，同年纽约州创建了“智障者数据库”以便对智障人士的生育状况进行监控并照顾其有缺陷的后代。她是我外祖父母约瑟夫·肯尼迪和罗斯·肯尼迪（Joseph and Rose Kennedy）生育的第三个孩子，她也是他们的第一个女儿。在接下来的14年中，我的外祖父母又生育了6个孩子。在这些年中，我的外祖父通过做生意积累了一笔财富，但是除了政治或生意给家族带来的光彩，他和外祖母也经历了无助和孤独——他们承受着有智障的孩子的家庭都要面临的一切：遗憾，恐惧，羞耻，孤独，挣扎以及爱。

当时，我的外祖父母不知该如何求助。外祖母在她的回忆录中写道：“罗斯玛丽在各方面的反应都很迟缓，有些事情她学不会，成长明显落后于同龄人。”在她上小学的那个年代，出于优生目的而进行的智商测试（为了密切关注学生群体中的危险因素）非常盛行。人们后来证明智商测试是不可靠的，但是当时测试结果对学生的影响很大。很快，老师就向我的外祖父报告了这个可怕的消息：她的智商“很低”。外祖母沮丧地说：“他们都告诉我她智商很低，但是当我询问怎样才能帮助她时，却没有什么答案。公立学校没有针对她这种有特殊需求的孩子的教学，也没有什么相应的私立学校，我当时非常泄气、非常伤心。”

真是让人心碎。

她的悲伤是因为罗斯玛丽姨母不能像其他孩子一样达到正常水平而给整个家庭带来尴尬吗？还是因为她认为罗斯玛丽姨母明显的“与众不同”会让她受到冷落和排斥？

当时专家认为，我外祖母应放弃这个有缺陷的孩子，以免影响其他孩子的成长。他们一致认为：外祖母会为这个有缺陷的孩子花费太多时间，这样就会忽略其他孩子甚至是她的丈夫的需要。他们建议外祖母把这个特殊的孩子交给“专业人士”照顾，这样对大家都好。

这是他们一生当中最重大的决定之一，我的外祖父母拒绝了那个建议。他们在罗斯玛丽姨母的童年时期，一直把她留在家里。让她和其他孩子一起成长，吃同样的食物，接待同样的客人，玩同样的游戏。我的母亲回忆

道："我的父母总是告诉我们，'记住，罗斯玛丽是你们的手足，你们要一直照顾她，不能不理她'。"珍和泰迪会带她打网球，乔和杰克会带她跳舞，尤尼斯、帕特和鲍比会带她乘船出海，并带着她玩触身式橄榄球。每个人都尽心尽力地陪着她。

罗斯玛丽姨母也会在父母面前争宠，玩游戏，欢笑打闹，并且同样承受着父母的期望。她的生命在其兄弟姐妹们身上留下了永远的烙印，他们的生活和探险在她身上也留下了永远的印迹。肯尼迪家的8个孩子需要明白，他们有一个智障的姐妹，他们要她和睦相处。对于这个姐妹，8个孩子都曾感到困惑，而他们别无选择。她被接纳，有时又被抛弃；她是家庭的一部分，但有时又游离于家庭之外。

罗斯玛丽姨母早年和其兄弟姐妹们一起上学，但是她并没有表现出进步。于是，我的外祖父母开始寻求专家帮助及相关服务，但是当时这类服务资源很少。1929年，在罗斯玛丽姨母11岁的时候，她的哥哥乔被送往位于乔特的寄宿学校，她也去了宾夕法尼亚州的寄宿学校：德弗罗（Devereux）学校，这是专门为智障人士提供教育的一所学校。这所学校的创始人，海莲娜·德弗罗（Helena Devereux）曾师从著名的优生学家亨利·戈达德，但幸运的是她并没有继承他的狂热。

罗斯玛丽姨母在德弗罗待了两年，在那里除了学习阅读，算术，拼写和社会研究，还学习了艺术，手工，音乐和戏剧。她一年回一两次家，不断与离家的种种情绪及困难做斗争。1930年11月17日，她在一封信中小心翼翼地写道："亲爱的妈妈，我非常想你。你有没有问过德弗罗小姐我感恩节能否回家呢？你说过你会问她的，请一定要问。"在4月给她妹妹（也就是我妈妈）尤尼斯的一封信中她写道："我非常想你。我在家时，咱们过得多开心啊！不得不离开你们，我很抱歉……收不到妈妈的来信时我很沮丧，请告诉她。亲爱的，给我写一封长长的信吧，能写多长就写多长。"

尽管罗斯玛丽姨母很孤独，但德弗罗学校似乎对她很有帮助。一位老师在1930年6月写道："她的心理控制能力得到了充分发展，她能长时间参加一项任务或工作来取得有价值的结果。"在有耐心而又擅长鼓励的老师们的帮助下，11岁的她能完成大概相当于四年级孩子水平的作业。数学和阅读对她而言很难，尤其是词汇部分，但是根据老师的记录，她"特别擅长戏剧"，上戏剧课时她很积极。罗斯玛丽姨母是一个性格激烈的孩子，急于把事情做好，急于让家人和老师开心，并让他们为她骄傲。她信心不足，这有时会妨碍她的学习。老师对她的评价如下：

> 一方面，因为她的反应很迅速，并急于得出结论，因此结果常常不够准确；但是另一方面，她确实渴望自己的学习及其效果能上一个台

阶。她的努力常常达不到她的目标，我们认为这可能是导致她不够自信的部分原因。

罗斯玛丽姨母在德弗罗上了两年学，但是之后并没有继续，而是回到家和家人生活在一起。在她快20岁的那段日子，她大部分时间在家里帮忙做做家务，照顾弟弟妹妹。家人尽力让她感觉自己是正常的。实际上，他们不仅不想让公众知道罗斯玛丽姨母的情况，也不想让他们的朋友知道，甚至不想让她本人知道。在优生学盛行的年代，家中有一个“弱智”孩子是一种公开的耻辱标志，一旦这种情况被公开，社交圈子里就可能会有人说这个家庭有“坏血”。他们也相信，如果罗斯玛丽姨母认为自己与其他兄弟姐妹没有什么不同，她会更快乐。“我们尽可能以最正常的方式来抚养和对待她……因此不管在家里还是在外面，我们都不提及她的‘特殊’”，我的外祖母如此写道。

基本上，即便在家庭内部，大家对待罗斯玛丽姨母也如常人一般，我的外祖父母称之为“善意的阴谋”（我的外祖母甚至开始打印信件，因为这样一来，罗斯玛丽姨母就不知道自己无法掌握手写体这件事是不正常的了）。然而，实际上这种严格的缄默守则让罗斯玛丽姨母变得极其困惑和沮丧。“她不喜欢回学校时每次都有人送她到火车站，因为其他姐妹都是自己去火车站的，有时她会从送她的人身边逃开。”罗斯玛丽姨母并不知道自己与他人不同，因此她不理解为什么其他兄弟姐妹可以做的事情她都不能做。但是，全家人一直坚信，对罗斯玛丽姨母而言最严重的灾难就是她知道自己是有缺陷的，因此他们不惜一切代价要把她蒙在鼓里。

罗斯玛丽姨母从德弗罗回来后，在家上了两年学，之后她在普罗维登斯的一家修道院学校短暂就学，后来又在波士顿附近的布鲁克林跟着一位私人教师学习。但她在那里几乎没有什么进步，不仅脾气变坏，还开始长胖。她的老师建议尝试一种名为荷尔蒙注射的新兴疗法。家庭医生也同意使用这种疗法，他说：“我对系统性的激素治疗抱有很大希望，它会非常有效。实际上，通过对内分泌系统进行治疗，罗斯玛丽非常有希望在几年内完全恢复正常。”罗斯玛丽姨母能被治好的希望，她会变得“正常”的希望，“只要能找到正确的疗法就好”——这些也是无数父母的希望，他们希望通过某种神奇的方法让他们的孩子恢复正常。不管怎么样，她都会好起来的。

激素疗法在一段时期内改善了罗斯玛丽姨母的情绪，但对于她学习困难的状况毫无帮助，于是家人把罗斯玛丽姨母转到了另外一所特殊学校，这次是在纽约。那是1936年的秋天，罗斯玛丽姨母18岁，她的学习水平只相当于四年级孩子的水平。实际上，有7年的时间她是在反复学习四年级的课程，因此她的挫折感越来越强烈。我的外祖母仍然在尽力不让罗斯玛丽

姨母完全了解自己的情况，她甚至让罗斯玛丽姨母的老师把课本上的学习单撕掉，“这样她就不会知道自己正在学习哪个年级的功课了”。但是这对于18岁的罗斯玛丽来说已经不管用了。

当时，她的老师阿曼达·罗德（Amanda Rohde）非常严格，她认为：“如果我能改变罗斯玛丽对学习的态度，并因此改变她对我的态度，那么我可以做很多事情来促进她受教育，我们必须让她逐渐学会面对现实，这是一个漫长的征程，但最终会完成，因为我认为您会与我合作。”罗德坚持了一年半，试图让罗斯玛丽姨母“面对现实”，但是当时学校的主任莫莉·霍瑞根（Mollie Hourigan）却通知她的家人她不能继续在那里上学了。罗斯玛丽姨母每时每刻都需要监管，霍瑞根小姐认为这份责任太重了。

罗斯玛丽姨母尽管在学习上不断受挫，但她仍是这个家庭不可分割的一部分。信件和相册记录了她在1936年的夏天和我的母亲一起乘船去欧洲的时光。她们一起观光，出席聚会，在精品店购物。罗斯玛丽姨母玩得非常开心，还给在美国的家人写了很多信。一张她从巴黎寄来的明信片上写着：“亲爱的爸爸妈妈，我们前往瑞士的火车之旅非常开心。火车8点15分出发，我们在车上吃早餐和午餐。明天我们将要去观光。”另一张从巴黎寄出的明信片上写着：“亲爱的鲍勃，老佛爷百货公司真是富丽堂皇。”还有一张从慕尼黑的怡东酒店寄出的明信片上写着：“亲爱的帕特，珍，鲍勃，还有泰德，我们现在在德国，我们过得很开心。昨天我们去了一家很大的博物馆……”她的智障对于陌生人而言并不太明显，因此她和姐妹们一样受到了年轻人的关注。“这儿的小伙子们不错，”她在写给凯瑟琳的一封信中提到，“我们见到了一些从瑞士来的男孩子。从拉斐特来的一个男孩要带我去欧洲，他24岁了。”在家时，绝大部分家庭活动她也都会参加。远离了学校的压力，她变得有魅力，甜美，幽默，尽管有时她仍然会发脾气。

母亲在多年后，还会谈起与罗斯玛丽姨母乘帆船出海和进行帆船比赛的事情。“收起三角帆！”我母亲会大声对姨母喊道。通常姨母都没有应答，直到母亲用更大的声音对她说：“看在上帝的分儿上，收起三角帆！”然后罗斯玛丽姨母便会去做。母亲也经常会谈起在科德角的比赛。正是在这些活动中，大家对罗斯玛丽姨母的与众不同的焦虑会让位于亲情。我的外祖父母传递的信息非常清楚：罗斯玛丽是你们的姐妹，你们要带上她。

与此同时，焦虑和恐惧就像一把老虎钳，越来越紧地扼住我的家人。专家说，罗斯玛丽姨母未来的生活就是一团乱麻，她永远也跟不上别人，因此她需要离开家人。几十年过去了，外祖母的话语还在我耳边回响：“我的心碎了”。和许许多多其他母亲一样，她用信念和毅力对抗绝望，下决心去帮助她的女儿。但是，当罗斯玛丽姨母成年后，她没有什么地方可以去，她的未来看上去更加飘忽不定。

1938年，我的外祖父被任命为美国驻英国大使，因此他这个庞大而又热闹的大家庭的所有成员——包括罗斯玛丽姨母——一道动身前往伦敦。在那里，罗斯玛丽姨母仿佛获得了新生。她得到许可在伦敦的社交界首次亮相，去白金汉宫接受女王和亲王的接见，参加最时髦的宴会。她热爱这样的生活，开始去位于肯辛顿广场的一所名为蒙特梭利的学校上学。在伊莎贝尔院长的指导下，她有了很大进步。照顾小孩子的工作让罗斯玛丽姨母变得自信，感到自己颇有能力。"她能够独自完成很多家务工作"，还给她照顾的孩子朗读简单的书，给她们准备午餐，帮忙监督他们休息。伊莎贝尔院长说罗斯玛丽姨母"非常开心"。"她的重大进步真的让我非常开心，"外祖父在1940年4月给负责照顾罗斯玛丽的吉布斯（Gibbs）小姐的一封信中写道，"我怎样感谢你和伊莎贝尔院长都不为过。"

如果不是历史原因，罗斯玛丽姨母会在英格兰无限期地生活下去。当第二次世界大战爆发时，伦敦不再是避难所，约瑟夫·肯尼迪把大部分家人都送回了美国，但是罗斯玛丽姨母在蒙特梭利学校生活得非常好，她已经遭受了太多变故，因此她是所有的孩子中唯一一个被允许留下来的。随着战火的蔓延，她的学校搬到了乡下，在那里她继续学习蒙特梭利的课程，同时独享父亲所有的关注——这在以前是从未发生过的。

但是，随着战事进一步紧张，外祖父认为让她留在欧洲是不安全的。虽然极不情愿，1940年5月，她还是回到了美国。当罗斯玛丽姨母到家时，她发现这里已经不是她记忆中的港湾了。即便是她的妹妹凯瑟琳也吃惊地发现，与伦敦流光溢彩的生活相比，自己的家乡显得破旧寒酸，令人难以适应。罗斯玛丽姨母曾和妹妹凯瑟琳首次携手亮相伦敦社交界，现在她们又回到了一个狭小和令人沮丧之地。此时，她的兄弟姐妹们长大了，都在外面的世界开始了自己的生活，但是没有人知道她将属于何处。全家人都在关注战事，没有时间去为她寻求尽善尽美的解决方案。不久，她得到了一份夏令营顾问的工作，但是她应对不了。每个人都希望战争会结束，她能够很快返回伦敦。罗斯玛丽姨母在6月4日写给她父亲的信中说："很抱歉我那天没有（在电话里）跟你讲话，我能感到你有一点儿落寞。感恩我在英格兰度过的那些美好时光，我希望在战争结束时回到你身边。"外祖父写信给罗斯玛丽姨母在蒙特梭利学校的一位老师说："对于你和伊莎贝尔院长所做的一切，我感激不尽。你们赢得了罗斯玛丽的心，她非常喜欢你们俩。我祈求和平，希望在战争结束后罗斯玛丽可以很快回到你们身边。"

在此期间，外祖母为罗斯玛丽姨母在华盛顿特区找了一所学校：圣格特鲁格工艺美术学校。学校尽了最大努力，但是对罗斯玛丽姨母而言这里非常不适合，而且跟她在英国时相比，她认为这所学校就像是一个监狱。罗斯玛丽姨母当时已经20多岁了，她没有正当职业，没有社交生活，也没有同

龄人的陪伴。随着战事的拖延，回到伊莎贝尔院长身边的可能性越来越渺茫。白金汉宫令人目眩神迷的宴会逐渐褪色，成了一个遥远的梦，而罗斯玛丽姨母又开始变得暴躁焦虑。她常常半夜从学校逃走，她经常表现出很愤怒的状态，有时还很暴力。外祖母在她的回忆录中写道："她很容易发脾气，且常常毫无来由。有些挫折变成了怒气，在发怒时她会摔东西或打人。因为她很强壮，所以她打人时下手很重，有时还会全身抽搐。"

当时，前脑叶白质切除术得到了越来越多的人的认同，这种疗法是由葡萄牙的精神病学家安东尼奥·埃加斯·莫尼兹（Antonio Egas Moniz）在20世纪30年代钻研出来的，精神病学家沃尔特·弗里曼（Walter Freeman）及其同事神经外科专家詹姆斯·瓦茨（James Watts）在美国对这一疗法进行了推广。弗里曼和瓦茨做广告宣传说前脑叶白质切除术对于严重的情绪紊乱尤其是严重的焦虑和抑郁会有奇迹般的疗效。然而，在这种疗法被大量应用的全盛时期，没有人指出该疗法也适用于智力发育迟缓症。外祖父在向弗里曼博士咨询时一定是强调了罗斯玛丽姨母的狂怒症状和难以控制的胡言乱语，外祖母也坚持认为神经错乱或其他类似的疾病控制了她，而且越来越严重。仿佛命中注定一般，外祖父选择听从专家的意见，他独自为罗斯玛丽姨母确定了手术日期，但没有告诉外祖母和其他孩子。

手术的过程令人恐惧：医生在病人头盖骨的两侧各打一个洞，然后从洞里伸进去一种像奶油刀一样的器械，并上下摆动这一器械，切断病人大脑额叶与大脑其余部分的连接。确定从哪里切割是最重要的问题，但这个问题只是凭医生的猜测完成的。手术期间，病人大多数时间都是清醒的，这样医生就能根据病人回答问题的能力估测要切多深。当病人的回答开始变得混乱和不连贯的时候，医生一般会停下来。尽管此手术引发了媒体的热切关注，但手术结果充其量是让病人状况有所改变。有些病人在康复期间恢复了思考的连贯性，有些病人却迟迟不能恢复，大部分病人的性格都发生了永久性的变化。后来这种手术形式更为先进，医生通过从患者眼窝处插入一把类似碎冰锥的东西来触及脑组织，在这个过程中病人也是清醒的。弗里曼博士的儿子回忆说，他的父亲在手术中用到的器械就储存在他家的家用冰箱里。从1936年开始到1960年，这类手术被叫停，在此期间美国大约有4万人接受了前脑叶白质切除术。1949年，安东尼奥·埃加斯·莫尼兹因其在这一过程中的先驱作用被授予诺贝尔医学奖。

1941年，我的姨母罗斯玛丽·肯尼迪在乔治·华盛顿大学医院接受了前脑叶白质切除手术。给她做手术的医生按照标准的手术程序在她清醒时把手术器械伸进了她的大脑，但手术结果对于罗斯玛丽姨母而言是毁灭性的。罗斯玛丽姨母的脑部缺陷是因为在她出生时大脑缺氧造成的，而前脑叶白质切除手术对她的大脑造成了更大的损伤，使问题更加严重。结果确实如此。几周后，她已经丧失了语言能力和明显的认知能力，处理信息和记忆

信息的能力也变得非常有限；此外，她的活动能力也受到了损害。自此，她失去了自理能力。

没有任何警告或解释，罗斯玛丽姨母就从她的兄弟姐妹们的生活中消失了，她再也不能住在家里了。外祖父在威斯康星州为她找了一个安全而又舒适的天主教机构——圣科莱塔修道院，把她长期留在那里托人照顾。尽管这个决定让外祖父心碎，但他还是很坚持，并且再也没有去看望她了。多年来，她的兄弟姐妹们甚至不知道她到底发生了什么事情。当时这个家庭的成员们都在忙于各种事情，直到很久之后他们才开始怀疑她的消失。保密守则开始生效，罗斯玛丽姨母没有跟任何一个人说一句话就消失了。几十年过去了，这段悲痛的经历对外祖母而言仍是难以承受的："罗斯玛丽是发生在我们身上的一连串悲剧中的第一个。尽管很多年过去了，但是在写下这些文字时，我的悲伤和痛苦和当时相比丝毫没有减轻。"

我是在罗斯玛丽姨母做完手术后才见到她的。当时，她只讲了几个词——"婴儿"，"尤尼斯"，"吃的"，"泰迪"。她偶尔会微笑，会试探性地迈步，能够抓住一个柔软的泡沫球。在威斯康星的修道院里，长期照顾她的玛格丽特·安修女（Sister Margaret Ann）很喜欢和她待在一起，玛格丽特告诉我，罗斯玛丽姨母对她的感情已经改变了她的生活。"我以前总觉得自己配不上任何人的爱，"当罗斯玛丽姨母去世后不久，我们在一起聊天的时候她这样说，"但是罗斯玛丽改变了这一切。有人告诉我她什么都不懂，但是我认为她懂我。我非常爱她。"玛格丽特·安修女在罗斯玛丽姨母生前写给我的外祖母的信中也证明了她们的感情之深，"罗斯玛丽非常健谈，我喜欢看她那样"，她在1988年的一封信中写道。一年夏天，她们前往格林湾附近的诺贝廷修道院去旅行。看到美丽的景致，罗斯玛丽姨母赞叹说："哦，太美了！"1997年，安写道："罗斯走路更加困难了，但是她的脸上还是挂着可爱的微笑。她喜欢看到有人来拜访她，她会跟人打招呼。罗斯玛丽的人缘很好。"1999年，当罗斯玛丽姨母住的小屋子要改造时，她感到心烦意乱，反复在说："这里是要发生什么事情呢？"罗斯玛丽姨母活到了86岁，在威斯康星州的圣科莱塔修道院安详辞世，在那里她被照顾、被爱了60年。

罗斯玛丽姨母的一生对她的亲人有何影响，这始终不得而知。罗斯玛丽姨母的生活与其他智障者不太一样，她的父母尽力帮助她，为她治疗，在险恶的环境中保护她。他们拥有很多快乐、幸福并且充满爱的时光。尽管他们有这样美好的意图，罗斯玛丽姨母后来的遭遇仍然很悲惨。

当我40多岁的时候，我开始越来越想知道罗斯玛丽姨母对她的父母及兄弟姐妹有什么影响。当时，关于我们家族的书籍有几百本，但是几乎没有一本写到罗斯玛丽姨母对家族的影响的。在大多数情况下，她都被看作这个充满活力而又富有争议的家族史诗中的一个悲伤的注脚。我想知道她是否

扮演了一个更为强大的角色。与美国历史上其他历史人物群体不同的是，我的外祖母一家恰恰是以“家族”这个标签作为其特征的。即便是在约翰·肯尼迪总统在政治和领导力方面取得了非凡的成功之后，他仍被看作肯尼迪家族的一个“成员”。罗斯玛丽姨母也是其中一员，但是她似乎是一个没有任何作用的成员。难道，这就是故事的全部吗？

很多人都认为“肯尼迪家族”是一个独一无二的领袖品牌。那么，是什么把我父母那一代人与其他的魅力型领导者、革命者区分开来？为什么他们的政治品牌对全世界有这么深远的影响？他们为什么能够鼓动那么多人加入争取正义、平等以及人权的活动中呢？他们的秘诀是什么呢？

我的母亲非常爱罗斯玛丽姨母，毫无疑问，在我们这个大家庭里，所有的兄弟姐妹都彼此相爱，他们相互扶持着长大。大家庭的孩子们很早就学到生活中非常重要的一课：你能依靠父母的就这么多，剩下的，你最好寄希望于你的兄弟姐妹。因此，我的母亲看到她的姐姐经历了那么多痛苦，也是感同身受的。

每当母亲讲起和罗斯玛丽姨母共度的时光时，她都会努力控制自己的感情。即便在80岁时，她仍忘不了那种沮丧的感觉。“我们什么也没为罗斯做，”她喃喃自语道，“我记得妈妈拿起电话打给学校、医生，打给任何一个她认为可能会帮上忙的人，但每个人都告诉她，他们什么忙也帮不上，什么也帮不到。”她的声音越来越轻。

这些故事会不断涌现出来，就好像士兵对于战争的记忆，埋藏得再好，也只会让这些记忆越发清晰如往昔、更加鲜活。“我们一起吃饭时，爸爸有时会询问我们白天发生了什么事情，我看到罗斯玛丽坐在那里，她知道自己不能像其他孩子一样回答这个问题。而且……”她的声音再次弱下去，她的肩膀缩了下去，无奈地轻微摆动着头部。

我的母亲很讨厌“专家”，她不信任他们，因为这些专家大部分都不尊重弱势群体。她更信赖源自信仰的爱。罗斯玛丽姨母的残疾可能与我们这个家族的文化（通过竞争而获取价值）相抵触，但是她也让这个家族认同了一种想法：价值不能被赢得，只能被给予和接受。

只有一次，我向母亲和泰德舅舅问到了罗斯玛丽姨母。在他们去世前几年，这个话题仍然很少被提及，即便是在家庭内部。但是如果我想要弄明白的话，我就不得不问这两个和罗斯玛丽姨母一起长大的人“你们两位当中有没有人曾想过罗斯玛丽姨母在你们成长过程中所起的作用？”我问道。“我指的不是在你们投身于残障政策或项目方面的作用，而是在你们的情感生活和身份认同方面的作用。你们的领导风格如此鲜明，对于弱势群体如此关心，有没有可能所有这些都是因为罗斯玛丽姨母呢？”

泰德舅舅用悲伤的目光深深地看了我一眼。沉默片刻之后，他终于开口了：“我记得，一次我去参加一个在棕榈滩举行的露天聚会。你是否也在场，尤尼斯？”他笑着问我的母亲，她冲他摇摇头，开玩笑似的转了转眼球，“但是约翰在，当时爸爸妈妈一定要我们带上罗斯玛丽。我记得罗斯玛丽一个人坐在游泳池的另一边，孤零零的。”

然后又是长长的沉默，我不知道他是否还要继续讲下去。随后他深深地吸了一口气，继续说：“我看到约翰悄悄离开我们向罗斯玛丽走去。他只是在她身边坐下，游泳池的另一端只有他们两个人在一起。这就好像是昨天发生的事情。”他就讲了这些。话题转移了，这件事就这样过去了。

1941年，罗斯玛丽姨母接受了手术，然后就消失了。这场灾难过去三年后，一辆黑色的军用汽车来到了外祖母家，一名军官要求与外祖父单独谈话。过了一会儿，外祖父出现了，他向孩子们宣布了一个消息：“你们的兄弟乔死了。”我的舅舅乔·肯尼迪在“二战”期间执行一个秘密任务时遇难了，当时他才29岁。几个月后，我的另一个舅舅约翰·肯尼迪从太平洋战场上死里逃生。1948年，我的姨母凯瑟琳·肯尼迪（她的丈夫1944年死于一场战役，当时他们才结婚三个月）在法国的一次飞机失事中遇难。在短短7年的时间里，我的这个家庭接连遭受了失去亲人的打击。

在罗斯玛丽姨母接受手术20年后，当年陪她孤零零地坐在游泳池边的那个兄弟——约翰·肯尼迪宣誓就职，成为美国第35任总统。后来，他也在转眼间失去了生命。但是，他渴望和平，并坚信自由属于每个人——所有这一切至今仍回荡在人们耳边。同时，他的价值观也促使当届美国政府成为历史上第一届把智障问题列入公共政策议程的政府。

第5章 尽己所能

所有的家庭都有一个相似之处——它们都有秘密。

1947年，罗斯玛丽·肯尼迪成了肯尼迪家族的一个秘密。1945年“二战”结束后，她的兄弟姐妹们都开始了各自不同的生活，追寻着不同的事业，而她却奇怪地消失了。“我们不知道她在哪里”，她的妹妹珍回忆道，“有人告诉我，她搬到了中西部地区，当了一名老师。当时情况就是这样。”

1946年，29岁的约翰·肯尼迪，这个战争英雄和紫心勋章得主从太平洋战场归来，进入了政坛，当时，他正在竞选马萨诸塞州第11区的国会议员。这场选举集结了由他的父母和所有兄弟姐妹们组成的强大队伍，其中唯独没有罗斯玛丽。他的妹妹尤尼斯、帕特和珍，为他在全区开展声势浩大的竞选活动，并为选民举行“茶会”来给她们的兄弟做宣传。他的母亲——这位“阵亡士兵的母亲”以及波士顿市市长的女儿，用一口自儿时起便练就的官腔，不厌其烦地讲述儿子的英雄事迹。他的兄弟鲍比和泰德是他的贴身顾问。最终，他赢得了选举。之后，他于1952年竞选参议员，竞争对手是既定候选人亨利·卡波特·洛奇（Henry Cabot Lodge）。据选情推测，以洛奇的年龄、经验和声望来看他本该获胜，然而约翰这匹黑马后劲十足，最终赢得了成功。1953年，约翰·肯尼迪当选参议员，他带着胜利者的光环，前途无量、魅力超群。

同时，我的母亲于1943年从斯坦福大学毕业，不久之后便搬到了华盛顿特区，和她的国会议员哥哥住在一起。他们两人的关系极其亲密，约翰不仅是她的哥哥，还是她最好的朋友。多年以后，我的舅妈杰奎琳在提到他们俩时还经常会笑。“你母亲和约翰非常非常相爱”，她用她独有的、抑扬顿挫的声调说道，“我是说，没有人能把他们拆散。”有一次，我母亲在厨房里向杰奎琳发起挑战，比赛摔跤，转眼间就把这个毫无准备的“哥哥的女朋友”摔在了厨房地板上。杰奎琳对于被男友的妹妹摔倒在地这件事的吃惊程度简直无法形容。“我从来没有见过像他们俩那样的兄妹，我也从来没有见过像你母亲那样的女人”，杰奎琳说，“那是我第一次也是最后一次比赛摔跤，谢天谢地。”

当约翰舅舅在国会任职时，我母亲在司法部的青少年犯罪特别小组开始了她的职业生涯。她工作的重点是组织运作各个项目，以防止处于危险的孩子们落入灾难的深渊。她埋头处理这些问题，不仅在办公室工作，还在家里加班——这也成为她一辈子的生活模式。她给她的父亲写信，要他为那些受到判决的孩子安排工作，她邀请“失足青年”到家里来拜访她的国会议员哥哥。她是一个满怀激情的理想主义者，她希望那些处于挣扎中的年轻

人能够看到未来，她希望那些年轻人在朋友的帮助下能过上安稳而充实的生活。

那段时间发生了另外一件事，这件事很快便让我母亲离开了华盛顿，而这一去就是10年——这期间她遇见了我的父亲，萨金特·施莱佛。1946年，我父亲毕业于耶鲁法学院，就像约翰·肯尼迪一样，他也是一位刚刚从海军部队作战归来的退伍士兵。我的外祖父雇用他帮忙打理一项巨大的新房地产投资产业——芝加哥商业中心。在它刚建成的时候，这座高大的装饰得很艺术的办公楼是当时世界上最大的建筑，横跨两个街区，有25层楼那么高，拥有420万平方英尺（约39万平方米）大的内部空间。我爸爸经常提起他被“肯尼迪先生”雇来承担责任如此重大之事是多么值得骄傲。他当即搬到了芝加哥，在那里，他加入了我外祖父正在组建的管理团队。

据说，我父亲很喜爱他的新老板，而他的殷勤也得到了回报。我父亲聪明帅气，对工作极度热情，逐渐成为团队中一名有影响力的成员。他曾依靠奖学金完成大学学业，参加过耶鲁棒球队，在《耶鲁每日新闻》做过主编，在潜艇部队和“南达科他”号战舰上服过役，之后以中尉身份从海军退役。他在圣克鲁斯和瓜达康纳尔岛的战场上参加过激烈的战斗，退伍后就成为《新闻周刊》杂志的助理编辑，之后就被我外祖父发现了。

1947年，我的外祖父让父亲搬回东海岸，去华盛顿特区。

“萨金特，我想让你去华盛顿和我女儿尤尼斯一起做一件重要的事。她正在从事有关预防青少年犯罪的工作，你去帮她研究一下这个问题，并找出正确的解决方案。”

我父亲对任何新事物都表现得很积极，这次他也没有犹豫。

在司法部帮助尤尼斯·肯尼迪的那些日子里，我父亲沉浸在青少年的问题当中，也同样专心地向他的新老板“献殷勤”。“我过去总跟你妈妈说，她让我做的事我都会去做，只是她得给我一个吻。”每当我父亲按照他自己的版本描述他们的第一次工作关系时，我母亲便会瞪起眼睛抗议道：“萨金特，不是那样的，别这么跟孩子们讲。”他没有气馁，继续说道：“有一次，我拒绝工作，除非她给我一个吻。当然她拒绝了我，所以我就绕着桌子追她，直到她停下来，闭上眼睛，仰起脸蛋儿让我亲了一下。然后她说：‘看在老天的情面上，让我们重新开始工作吧！’”

在接下来的6年里，他们俩一起工作、约会，最终于1953年在纽约举行了婚礼。当时，我外祖父母邀请了2 000多名宾客来观礼。我父亲经常开玩笑说，他在自己的婚礼上几乎一个人都不认识，但那却是他一辈子最快乐的时刻。他们在圣帕特里克大教堂的圣坛上宣了誓，然后在华尔道夫酒店

跳了好几个小时的舞。很多家人都围绕在他们身边——有肯尼迪家族，菲茨杰拉德家族和施莱佛家族的成员，但只有一位亲戚没有到场，那就是罗斯玛丽姨母。

婚后，我的父母在芝加哥定居下来。我父亲重返芝加哥商业中心工作，而我母亲则接手了外祖父交给她的一个新项目——小约瑟夫·P·肯尼迪基金会（Joseph P. Kennedy, Jr. Foundation）。这个基金会成立于1946年，是为了纪念我的舅舅乔·肯尼迪；乔的去世沉重地打击了我的外祖父母，他们似乎从未从丧子之痛中恢复过来。几十年后，我们这代人仍会听到关于乔的很多故事。“乔很英俊”，我母亲总是这么告诉我们，“你外婆让他做什么，他就做什么，所以你们为何不能像乔那样，我让你们做什么，你们就做什么呢？”我的外祖母也会无数次告诉我们乔有多么热诚：“过去乔总是跟我一起去做弥撒。有一年的元旦前夜，他离开了棕榈滩上盛大的派对，去圣爱德华教堂主持弥撒了，然后当天晚上又不声不响地回来了。这就是为什么我总是告诉你们这些孩子，榜样作用很重要，乔为其他孩子树立了好榜样。”当她讲到乔和他卓然非凡的天资时，她的声音通常会弱下来。同样，当她想到乔的弟弟约翰时，又会不自觉地笑起来。“当然了，约翰总在笑，没有乔那么严肃。你外祖父总是督促孩子们准时吃饭，但要是吃饭晚了点，他就会偷偷溜进厨房，对厨子笑一笑，在后厨美美地吃一顿，乔可是从来不会那样做的……”

为了纪念死于“二战”的乔，我的外祖父母成立了小约瑟夫·P·肯尼迪基金会，但他们并没有明确其核心业务。很快，这个基金会开始专注于帮助智障患者，但是就其意图和目的而言，帮助智障患者算是无心插柳之举。我母亲后来回忆道：

> 1948年，我的父亲曾给红衣主教库欣（Cardinal Cushing）和斯佩尔曼（Cardinal Spellman）一些补助金，利用这些补助金，库欣为脑瘫患儿建了一家医院，斯佩尔曼为智障儿童建了一所学校，并都以乔的名字命名。当时，我父亲急于为我的哥哥乔做些什么来纪念他，因此他让我和萨金特行动起来，搞清楚青年领域急需什么。

我的父母亲在1958年接到了“搞清楚青年领域急需什么”这个命令，当时，基金会大部分的工作确实也以关注智障人士为中心，但是我母亲一直抱怨外祖父把这件事搞错了。如果这个基金会旨在帮助智障患者的话，那么我们不应该向之前在这个领域毫无经验的心理医生寻求建议。心理医生了解的是心理疾病，而不是智力障碍方面的事儿。“你觉得你能做得更好，为我们那些有影响力的项目筹到资金吗？”外祖父问道，“如果是的话，那就去做吧。”

就这样，我的父母开始参观全美的各个大学、特殊学校以及医院，拜见该领域顶尖的研究者们，整理汇总了很多宝贵的建议。当时，在智力障碍这个领域，几乎没有人做过任何系统性的研究，智力障碍这个问题一直徘徊在医学和社会问题交汇的边缘。我父母发现，“仅仅有少数医生真正对这一领域感兴趣。事实上根本没有医学院关注，也没有相关基金会。”1960年之前，“联邦政府对智力障碍这一问题所做出的贡献甚是微小，肯尼迪基金会1952年在伊利诺伊州为建立一所私人学校所拨出的125万美元的款项甚至超出了当时政府服务机构为智力障碍所设定的全部预算。”他们强烈地感觉到，这正是肯尼迪基金会可以持久地起到真正影响的地方。

自此，我的外祖父将基金会的掌控权交给了我的父母。从那时起，他明确表示从今以后，基金会将专注于智障扶助工作。那些为政治同盟和大波士顿地区天主教堂所划拨的款项都取消了。十多年来，我外祖父首次开始在他的回信中提及罗斯玛丽姨母。在他1958年给阿纳斯塔西亚修女（威斯康星州圣科莱塔修道院的一位修女）的信中，他写道，“在所有肯尼迪家族成员所做的事情中，解决罗斯玛丽的问题一直是一个关键因素。”肯尼迪基金会帮助他完成了夙愿，也减轻了他所承受的痛苦。在我父母监管基金会的最初4年中，此基金会为多所大学、宗教团体和护理机构的捐款额高达1 700万美元，而这些机构都有一个共同点，那就是它们都有兴趣为智障患者提供治疗和帮助。

此时，参议员约翰·肯尼迪正悄悄地为进入国家政权高层而紧锣密鼓地准备着。

在他担任国会议员期间，约翰·肯尼迪并未对倡导关注智障患者表现出多少兴趣。当时，一位带有传奇色彩的支持者伊丽莎白·博格斯（Elizabeth Boggs）希望能为此付出更多。作为一名数学家和拥有剑桥大学博士学位的化学家，在为自己有严重身体缺陷的儿子戴维努力寻求帮助之外，她开始呼吁人们为残障人士做出贡献。她听说了肯尼迪家族中那从未向公众谈及的姐姐，便认为参议员约翰·肯尼迪会成为她的强大同盟。1957年，当博格斯努力地让人们关注一条被忽视的法律时——这本会得到人们对特殊教育培训的更多支持，参议员肯尼迪似乎对此并没有多大兴趣。

不过，这一法案最终成为法律。但10年后，当博格斯回忆起她当时的失望心情时说：

> 我不得不说在我心中，这是一件非常令人气愤的事情，我觉得，就算他们（肯尼迪一家）不愿意公开承认这是他们家族的问题，至少约翰·肯尼迪能够处理这件（涉及委员会的）事情……

我不禁感到，他把一件本该由他支持的事情交给了别人去做。

当约翰·肯尼迪1960年当选美国总统，并且当他在就职演说中号召全国人民为此效力时，博格斯和其他积极分子们觉得不能指望他会提供任何帮助。

在竞选期间，博格斯创办了国家智障儿童协会（National Association for Retarded Children），也就是今天的Arc。这个组织的成员主要是智障儿童的父母。他们都经历过与乔和罗斯玛丽·肯尼迪相同的痛苦及挫败感、孤独感和羞愧感。但是，他们坚信自己的孩子能够得到帮助。这个组织的秘书，伍德哈尔·海（Woodhull Hay），写下这些家长心怀共同的信念，那就是他们致力于挑战“你的孩子无药可救了”这句话中隐藏的合理性。慢慢地，协会成员已经习惯了为每一次取得立法上的胜利而斗争。他们从肯尼迪政府得到的和他们从之前的政府那里所得到的最终都一样：什么都没有。博格斯后来回忆，说这叫作“毫无期待”。

然而，博格斯并不知道肯尼迪基金会的研究工作也使我的母亲越来越有挫败感，但她却越挫越勇。当她与那些建议智障患者入院治疗的医生们会面时，当她遇到那些建议先天智障的儿童自生自灭而不是给予他们治疗的医院时，我都能想象出她脸上的愤怒。

多年后，母亲话语中的愤怒已然消失，她说：“如果我没有亲眼看到这些景象，我绝不会相信这样的状况仍存在于当今的美国社会……那些智障的大人和孩子们……住在兵营式的病房里，衣服肮脏，毯子破烂。”

在肯尼迪总统就职典礼结束后的数周，我母亲开始在政府内部组织联盟。总统身边的工作人员都会为母亲提供她所需要的东西，而总统也愿意配合她的议程。自一开始，肯尼迪就让他的顾问迈尔·费尔德曼（Myer Feldman）做母亲的政府联络人。他和我母亲成为搭档。

之后，我母亲开始评估政府在为智障人士改善生活质量方面的执政能力。政府各部门都认为自己应该为这一领域的各项活动负责，但是在我母亲看来，没有一个部门尽到了责任。人们本来期望美国国家卫生研究院（NIH）牵头，但是它们从事的几个项目都归属于美国国家心理健康研究院，并且与智障患者及其家庭的需求并不相关。当约翰·霍普金斯大学的儿科项目带头人罗伯特·库克（Robert Cooke）博士和我母亲一道游说美国卫生研究院更多地去关注儿童的需要时，这个机构的领导，詹姆斯·香农（James Shannon）博士回绝了他们的请求。库克提议建立一个致力于儿童发展的研究中心，香农认为，像卫生研究院这样的机构没有必要建立这样的研究中心。最终，他假笑着说：“在儿童身上并没有什么严重的问

题。”香农的看法在今天看来似乎不可思议，但在当时，情况就是这样——没有一家政府机构关注儿童发展，自然也没有一家机构关注非正常儿童在发展中遇到的难题。

库克作为一名“科学顾问”加入了肯尼迪基金会。也许是因为涉及太多复杂的社会问题，我母亲抛开其他一切努力集中注意力解决这些问题。他们的团队搜寻了历史上的各种范例，并在“胡佛委员会”的档案中找到了一个。1947年，杜鲁门（Harry Truman）总统任命赫伯特·胡佛（Herbert Hoover）担任美国政府行政部门机构下的一个委员会的主席，此委员会受命为美国联邦政府提出行政上的变革调整建议。胡佛委员会中有来自国会、行政部门和商界的杰出领导人物，其中就有我的外祖父约瑟夫·P·肯尼迪（Joseph P. Kennedy）。两年内，这个委员会提出了上百条建议，其中多数都被采纳，并已实行。应我外祖父的建议，我母亲和库克博士与前总统胡佛见了面，期间他们探讨了建立一个专注于智力障碍问题的新委员会这一提议。胡佛对此表示支持，他果断做出了决定。“给迈尔·费尔德曼打电话”，他说，“我们下周在白宫开个会。”

1961年10月11日，肯尼迪总统正式宣布这个具有历史意义的智障问题总统专家小组成立。有了总统的支持，我的父母、库克博士和费尔德曼便开始进行幕后工作，决定专家组中应该有哪些人，由谁来领导，能够依靠哪些立法者来获得支持，等等。伦纳德·梅奥（Leonard Mayo），一位儿童利益的长期支持者和有能力让大家达成共识的专家，被选为专家组领导人，还有全国各地的家长代表、医学研究带头人和社会科学家也参与其中。在专家组宣布成立的一周后，即10月17日，小组成员在白宫罗斯福厅召开了第一次会议。在长达半天的会谈之后，他们走出大厅，来到了玫瑰花园，伦纳德·梅奥应邀在电视与广播工作人员面前总结了上午的工作。随后，肯尼迪总统向专家组成员致辞：

> 我认为，我们应该把这件事搬到台面上来，给全国人民一个承诺。同时，我向甘愿为此效力的所有专家组成员表示感谢，我们可以使成千上万人的生活变得更轻松，他们的家庭也会因此更和睦。现在正是国家对此事给予时间和关注的时候。

之后，梅奥私下里和肯尼迪总统进行了简短的交谈，试探他对这一问题的兴趣来源。“对于专家组的成员来说，这很有趣，”他回忆起和总统的谈话，说，“艾森豪威尔（Dwight Eisenhower）先生对心脏和癌症相关领域十分感兴趣，并在这些领域付出了很多。在他之前，富兰克林·罗斯福总统对小儿麻痹症也很关注。显然，您能够在智力障碍这一问题上为国家的教育、卫生和社会福利领域做出贡献。”肯尼迪总统果断地回答道：“正是，

正是。”当他还是参议员的时候，他并未对这一问题表现出兴趣，而现在作为总统，约翰·肯尼迪正在试图将这件事情“搬到台面上”。我们的工作就是要将隐藏在表面下的问题搬到台面上来。

在接下来的几个月内，我的母亲为促成此事坚持不懈地努力。她定期给梅奥打电话，让他埋头苦干。她几乎每天都向费尔德曼进行汇报，并督促小组成员的工作。肯尼迪总统告诉梅奥，他想赶在“1963年初国会议员会晤”之前就拿到可行的方案。梅奥承诺在一年内完成工作，并立即开始寻找科学界、政界和社会服务领域的领袖人物，以便收集到最佳推荐方案。

随着工作的推进，梅奥强烈地感到应该从全国召集专家团队，利用专家自身的经验为委员会效力。一天，一个50人的团队来到华盛顿向委员会做报告。我母亲想：“为什么不邀请他们来见见总统呢？”就这样，她带领这个参观团去白宫游览。当他们来到白宫休息厅，她悄悄对梅奥说：“我上去看看能不能让总统下来”。随后，她就离开了。片刻之后，她和肯尼迪总统一起回来了。梅奥说：“她真的是拉着总统的胳膊把他带来的。”

我母亲在为政府工作的同时，还会回到马里兰州的洛克维尔市为施莱佛训练营忙碌。她决心利用总统的影响力去改变国家的法律和关注点。1962年，在科学或公共政策这些层面，对于智障患者到底能够做什么这一问题，人们仍没有达成共识。在精神病院之外的社会中他们能够正常生活吗？他们能够交友、运动、恋爱、工作吗？没有人确切地知道，因为经过测试的备选方案太少了。建立施莱佛训练营的初衷之一是将其作为一个试验场，一个非正式的科学探索之地，用来考察智障儿童是否可以进行体育运动，而如果可以，他们是否会从中受益。我父亲在1999年的一次采访中回忆道：

> 这真是个奇迹！从来没有任何人尝试过将100个智障患者带到乡间的某一个地方，然后对他们进行试验。一个智力正常的人来关照一群有智力障碍的人……他们想看看这些智障患者能够做什么。我们是去研究这些智障者能够做什么，而不是研究他们不能做什么。
>
> 我清楚地记得我的妻子在游泳池里，和一些6岁到8岁的孩子们站在浅水区的一端，她想看看是否能教会他们游泳；她把孩子们抱到小矮马上，牵着他们到处走，看看他们是否能够骑马；她带着孩子们来到一棵树跟前，看看他们是否喜欢爬树。她想知道每个孩子的兴趣所在。

起初，我父亲对此感到很怀疑，但是当他在后院里看着这些孩子们，跟他们在一起，和他们聊天，看着他们快乐地玩游戏，看着其中的几个孩子在

学习游泳和赛跑方面那么优秀，他便开始意识到自己的思维模式正在深刻地改变着。他会在演讲和致祝酒词时说，“我太太是这个国家最伟大的女人！”他献出这样的赞美之辞时从不感到害羞，他无条件地信任她，他只想让她快乐。

在某种程度上，施莱佛训练营的这场革命性的运动是一个再发现的过程。一个世纪之前，爱德华·赛金（Edouard Séguin）的远见卓识为此营地注入了真实的活力，这个远见就是努力为智障人士提供关爱。赛金，这位19世纪的法国医生提出了一个观念——先天具有智力障碍的儿童可以通过肢体训练和体验受到教育。他认为，智障患者可以通过锻炼身体来学习，甚至在其分析能力有限的情况下也可以。赛金经常因为这些激进的思想与科研机构起冲突，但是他决心继续推广这些观念。他认为，大脑依靠锻炼来发育，锻炼身体也能够促进人的语言和其他心理机能的发展。研究表明，锻炼身体有助于心脏健康及新陈代谢，也有助于抵抗抑郁和焦虑。如今，这些观点是显而易见的，但是在19世纪，赛金通过关爱与观察残疾人同样得出了这个结论。

1962年，当辅导员抵达营地时（其中大多是青少年），他们并不知道等待他们的是什么。安和玛丽是两名高中生，她们几乎不知道什么是智力障碍。大多数志愿者认为，“反应迟缓”的人可能十分危险或无法管束。一个叫吉姆·特纳（Jim Turner）的志愿者回忆道：“第一天，我的营地伙伴从汽车上下来，远眺广阔的田野，他看到远处牧场上有一群牛，于是一边跑一边大喊：‘奶牛要抓住我了！奶牛要抓住我了！’我安慰他说：‘别担心，你看到那排高高的栅栏了吗？那些奶牛在栅栏的另一边，抓不到你的。’但是他回答道：‘奶牛能跳到月亮上[注]，它们当然能跳过那排栅栏！’”

我母亲后来写道：

> 人们能够教会智障儿童一些事。其实，那些被认为是无药可救的、无法教育的智障孩子能够在某些方面展现出惊人的能力。比如，7岁的雷蒙德在一周内学会了骑马，他比大多数正常的孩子学得快。还有维罗妮卡，她的智商只有58（仅仅比她这个年龄的孩子的平均正常智商值的一半高一点点），但她擅长绘画。这一切都说明，精神疾病与智力障碍有着明显的区别。

在政策制定方面，梅奥继续带领着专家团队进行研究和商讨。尽管我母亲不是“专家”，但是她这个“顾问”却深深地投入到了行动当中。“在我看来，她（尤尼斯·施莱佛）就是董事会主席”，梅奥回忆道。不管问题是大是小，她一直都在工作。一次，梅奥应总统之邀考察苏联和其他国家，当他

担心专家组需要高层批准才能得到旅行经费时，是这个“顾问”挺身而出解决了这一问题。她说：“昨晚我和总统去游泳了，这事儿（你们考察苏联）没问题……去吧。”梅奥回忆，是母亲的影响力改变了一切。

多年后，我问母亲，为什么她只是选择做一名非正式的“顾问”。“我知道，这个项目要想成功，必须算作约翰的功劳”，她说，“他是总统，他能有所作为，这一点我从没有怀疑过。我一直想要让美国人民认真对待这件事，我从来不想让人们把这件事看作我们家的事。”她想要的是结果，而不是居功，她的政治判断力和她的理想一样敏锐。“我们要在华盛顿做成这件事，让人们看到这个问题对约翰来说很重要。这是一个重要的社会问题，而不是某个家庭的内部问题。”

我确信，母亲是正确的，她为平等权利和维护尊严战并不只是为了一个家庭，而是为了一个国家。“我不想让人们觉得肯尼迪总统所做的事都是为了罗斯玛丽，这样他们就会认为这是总统的私事因而失去兴趣。事实并非如此，这件事关乎对待智障人士的态度，”她生气地说道，“我想让所谓的专家面对所有的不公正，而不是让他们把我们打发走。”正如外祖父多年前所说的那样，罗斯玛丽对于肯尼迪家族的事业来说，是至关重要的。

专家组的工作并不轻松。来自医学、精神病学和其他理论科学的各路专家历来各持己见，而现在他们的职责却是起草一整套意见统一的改革建议。伊丽莎白·博格斯代表家长团体和美国智障儿童协会发声，并不断要求开展以社区为基础的社会服务，一些人更关心特殊教育和教师培训，他们认为只有通过与国家心理卫生研究院合作才能最好地解决这个问题。我母亲坚持认为，建立一个单独的研究院是有必要的。

更重要的是，母亲想要确保专家组所提供的报告能够付诸实践，带动实质性的改变。1962年夏天，梅奥的团队粗略地草拟了一段关于职业康复的报告，并交给了我母亲。周末，梅奥的电话响了，是我母亲打来的。“今天早晨，我刚刚把关于职业康复那一章的草拟报告读给总统听了”，她告诉他。梅奥很惶恐。他们还没有准备好把这份报告拿给总统看，报告还没有经过全体专家组的审批呢。但是，接下来发生的事情比他想象的更糟糕。“他（总统）看不懂”，她报告说。

梅奥崩溃了，好在他反应很迅速。“如果连总统都看不懂，那么一定是我们做得不对”，他承认。她继续向他反映来自“总司令”那里的更多反馈：“他（总统）说，国防部部长罗伯特·麦克纳马拉（Robert McNamara）在陈述一个问题时通常只有一页甚至一页半的内容，他会把问题说清楚，然后阐述关键人物对此问题的见解，然后提出解决方案以及涉及的成本……如果你们能用更短的篇幅阐述你们的意思，这样做会更好。”梅奥表示同意。

1962年9月，专家组为自己设定的任务完成期限快要到了，但问题还很多。梅奥坐飞机去土耳其参加一个会议。他刚到那里没多久就接到了我母亲的电话。她说，专家组乱套了。生物学家认为社会科学家的结论不够严谨，不应该收录在最后的报告中；而社会科学家认为生物学家与现实世界是脱节的，他们并不理解人们的迫切需要。我母亲暗示梅奥，如果他能缩短行程那就太好了。“如果你现在不能回来，”她警告说，“我们就会推迟向总统做报告。”梅奥打了个寒战，回复道：“我明天就回去。”他第二天就坐飞机回到了美国，及时帮助专家组达成了一致的意见。

在最后的几天里，大家对预算问题争论不休。预算局的代表和专家组的成员反复地讨价还价，迈尔·费尔德曼在其中进行调解。“预算员”认为应该削减由某些提议所产生的花费，梅奥和我母亲为此整整交涉了两天。10月16日上午10点25分，报告终于得以确定。无论如何，专家组成员最终在不到一年的时间里确立出一套建议，这很有历史意义。

肯尼迪总统在专家组完成报告10分钟后就到了，他听取了总结式的建议。他听得很投入，并对应该在哪些方面尽最大努力提出了尖锐的问题：“我们从其他国家那里学到了什么？我们采取预防措施的真正目的是什么？我们应该在哪些方面进行最大努力？”梅奥回忆道：“这是一个值得纪念的上午，不管从职业生涯的角度，还是个人方面，专家组的每个成员都认为这是自己生命中最好的一天。”

直到今天，这份报告在美国国家政策的历史上仍具有重大意义。报告深情地阐述了这种“未曾言说过的人类痛苦”导致数百万的家庭“前途暗淡”，它提出了涵盖预防措施、治疗方案、社会服务、研究以及教育方案的建议。“美国食品与药物管理局、美国国家卫生研究院以及医药行业应该研发并且要求各方使用评估药物对胚胎、婴儿及幼儿造成副作用的相关技术”，其中一条建议写道。在现今这个时代很难想象那个时代这种属于常识性的预防措施没有引起任何人的关注。这份报告标志着在美国历史上，人们首次要求总统允许智障儿童上学，并建立一个支持智障者的新体系。这是史无前例的美国总统欢迎更多人对如何支持和帮助家庭去关爱他们有智障的孩子，并且谨防他们在所谓的托养机构里受折磨提出更多建议和反思。

这份报告还劝说大家再度关注妇女和她们的妊娠期。专家组发现，相当大比重的城市妇女无法在其妊娠期期间进行产前检查；例如在巴尔的摩，这个比重达到21.4%，且人数还在上升。现在，许多市立医院会对需要住院的孕妇每日收取费用，从而导致这些孕妇因为无法支付这笔费用而放弃住院。对于这些妇女和她们的孩子来说，孕期的及时检查和治疗对于孕妇和婴儿来说都极为关键，但是通常对那时的孕妇来说，这是一个从经济角度考虑的选择，而非从医疗必须性角度考虑的选择。

为了响应专家组提出的建议，肯尼迪总统发表了一篇“致心理疾病和智障大会的特别咨文”。他宣布了一个“大胆的新方法”。次年10月，他签署了针对社会保障法案的母子健康与智力障碍规划的修正案，此后又签署了更多有关支持全国性研究和以社区为基础的服务机构的法案。

其中最重要的一项变革是建立了一个国家儿童健康与人类发展研究院——正如我母亲和库克博士希望的那样，它独立于国家心理卫生研究院，并广泛关注妇女和儿童的健康问题。在接下来的50年里，该研究院赞助开展的研究改变了上百万人的生活。如果这样的研究能进行得更早一些，那么它原本会挽救一个出生在1963年的孩子的生命，他就是帕特里克·布维尔·肯尼迪（Patrick Bouvier Kennedy）。他是肯尼迪总统的孩子，比预产期早五周半出生，几天之后，便死于新生儿呼吸道窘迫综合征。当时还没有人能够找到治愈这一综合征的方法。

同年9月，在肯尼迪总统的支持下，我母亲决定为《星期六晚报》写一篇文章，文中她坦承，她的家族合影中还少了一个人，那就是罗斯玛丽。

> 罗斯玛丽是一个漂亮的孩子，长得很像我母亲。但是罗斯玛丽从儿时起就有些与众不同，比起她那两个聪明的哥哥，她学爬、学走路和学说话都更慢一些。有人告诉我母亲，当她再大一些就会追上同龄人的，但是她从未追上……与糖尿病、耳聋、小儿麻痹症或其他任何灾难一样，有智力障碍的孩子可能会出现在任何一个家庭中。这既有可能发生在穷人家，也会发生在富人家，有可能发生在州长家、参议员家、诺贝尔奖得主家、医生家、律师家、作家的家、天才的家、公司董事长的家，还会发生在美国总统的家。

终于，这个家庭秘密被捅破了。“美国总统有一个智障妹妹”这条新闻彻底推翻了人们的偏见。就连好莱坞电影中对于残疾的刻画方式也在改变。《天下父母心》（*A Child Is Waiting*）、《广场灯光》（*Light in the Piazza*）以及《炼狱中的圣诞节》（*Christmas in Purgatory*）这些电影在讲述智障儿童的事情时都提出了与之前完全不同的观点。

1962年，我母亲寄给肯尼迪总统一本肯尼迪基金会的宣传手册，手册意图为募得新的资金而进行宣传，上面还印有由这一领域的基金会领导者颁发新奖章的照片。在手册封面上，她留下了这样的话：

> 亲爱的约翰：
>
> 你会对这个感兴趣的，大家都觉得这枚大奖章看起来就像你6岁时候

的样子。

大大的拥抱

尤尼斯

最终，肯尼迪总统在其短暂的任期内所留下的精神遗产当中，他为智障患者和其家庭做出的种种努力及推行的变革是最有影响力、最持久的。尽管这些改变并不会当即产生效果，但希望已经出现。1965年，时任纽约州参议员的我的舅舅罗伯特历史性地到访纽约维罗布鲁克公立学校，这个仅能容纳4万人的机构里有超过6万名的智障儿童。当他从监狱般的校园里出来时，他被深深地震撼了，并将其称作一个必须关闭的“疯人院”。这次参观一如既往地证明了美国收容精神病患者入院治疗给当事人所带来的恐惧。以前，“疯人院”被用来指代全美的许多公共机构，甚至到了20世纪60年代，这些机构仍然是用于进行医学实验、剥夺人性的肮脏场所。这些机构收纳的患者人数于1967年达到顶峰，这明显地证明了十多年来，美国的文化一直没有冲破传统的束缚。

然而，开始采取这些起步措施仍然是必要的，它们也许是所有措施中最艰难的。有秘密的地方就有羞耻，有羞耻的地方就有恐惧。对于大多数人来说，比起冒着秘密被揭露、遭到他人嘲笑的风险，保守秘密是更好的选择。走出第一步似乎太危险了。

但是，对于一个国家和一个家庭来说，打破这个秘密是抚平羞耻之心的第一步。当秘密被捅破，秘密所带来的痛苦也将随之消失。自从罗斯玛丽的身份被揭露，这个抚平伤口的过程就开始了。而事实上，罗斯玛丽本身根本不是个问题，真正的问题在于承认她的与众不同的尴尬所带来的恐惧。这种恐惧与排斥他人的心态使情况变得更糟糕，以至于整个国家都笼罩在这骇人的社会风气之下。我外祖母心中的悲伤来自恐惧，而只有结束这个秘密，痛苦才得以停止。

在20世纪60年代，罗斯玛丽莫名其妙地出现了。家人们终于见到她了，美国人民也见到她了。这是一个需要不断抚平创伤的家庭。之后，肯尼迪家族的兄弟姐妹们都在坚持不懈地鼓励美国人民，战胜长久以来的脆弱所带来的恐惧，用上天赐予人们的体育运动天赋，在勇气和爱的力量下，发现全新的视角，创造真正的归属感。

---

1. 原文“The cow jumped over the moon”是一句童谣，源自著名儿童绘本《晚安，月亮》，意为奶牛欢快地（over the moon）跳起来。显然，这

个营地伙伴理解成了其字面意思：奶牛跳到了月亮上。——译者注

第6章 破晓

> 我们在低空中惊醒，身处一架被打败的飞机之上。绝望四处蔓延，让人无法忍受。承诺可望而不可即，直至飞机陷入悲惨的沼泽地，亮光闪烁——一道光射了进来……在这悲观和绝望的环境中，天亮了，光亮出现了，痛苦阴郁的草原四处洒满了希望和承诺。这光……
>
> ——玛雅·安杰洛（Maya Angelou）

光总是从我们的内心喷薄而出，同时也围绕在我们的周围。我们偶尔会诚心诚意去欢迎它，有时，我们也会同他人一起分享欢迎它的喜悦，但这种情况实在是极少出现。1968年7月20日早晨，一个迎接光明的全新方式即将出现，学习如何获取胜利的全新方式也即将出现，这一切几乎都是难以预料的。

那个早晨，一场体育盛会被安排在芝加哥熊队的主场军人体育场进行，不过这一盛会更像一个狂欢节，而非一场比赛。清晨，太阳升起，阳光让球场建筑在空旷的芝加哥熊队主场上投下阴影。这是一个普通的夏日，热狗和冰啤小摊并未被安排开张营业。

任何摊贩均不得兜售芝加哥熊队主场的队旗或者T恤衫。芝加哥市市长已经下令，在体育场中心的场地上设置一个游泳池，这是一项烦琐的工作。比赛日程已经安排好了，运动员从全国各地赶到，但他们的名字却不为大众所熟知，例如凯文·奥布莱恩（Kevin O'Brien）、爱丽斯·凯特苏吉斯（Alice Katsoukis）、迈克尔·库萨克（Michael Cusack）、马蒂·什特斯（Marty Sheets）。当他们奔跑的时候，有谁在为他们欢呼吗？当他们跳跃的时候，有谁在注视吗？

估计只有1 000人会来观看田径比赛和游泳比赛。就比赛场地而言，一个市政公园看似比这个庞大的拥有10万个座位的体育场更为适合。安妮·伯克（Anne Burke）对此却不以为然。她虽然只有24岁，但她却是这场被称作"芝加哥特殊奥林匹克运动会"的领导者。早在三年前，她已经作为芝加哥市首位"特殊娱乐"协调员在芝加哥的公园区工作，负责向芝加哥的智障儿童介绍体育和娱乐项目。公园区以前从未给具有特殊需要的儿童或成人提供资金规划，而伯克的工作则使得这一笔新的补助资金成为可能。威廉·麦克菲特里奇（William McFetridge）是建筑服务行业国际工会的主席，也是芝加哥公园区的主席，他已经赢得了补助金，并且在寻找申请人。伯克提出申请时她只是一位体育老师。"没有一项体育项目是我没有尝试过

的——游泳、排球、棍术和踢踏舞。我热爱所有的体育项目。”她以前没有执教智障学生的经验，当她看到这个新的职位后，她决定把它拿下。

但伯克申请的职位资金是从哪里来的呢？这10 500美元的津贴来自肯尼迪基金会。但在1965年，相关机构雇用了她之后，人们对她所处的这个职位有什么样的工作要求并没有概念。如何确定参与者，如何培训，以及这些参与者参会的交通问题怎么解决，这些都是问题。“没有人告诉我要做什么，”伯克回想道，“在我拿到这份工作前，我甚至没有见过一个智障的孩子。”她太年轻了，也太天真了，她不清楚她可能会失败。但是，她很快就发现她的工作并不容易。“我与那些孩子的父母会面，他们无一例外地都害怕我带他们的孩子去公园。这令人惊讶，也让人沮丧，但这些无奈反而更加激起了我的斗志。”伯克挨家挨户拜访——她真的是这么做的，向每一个智障孩子的父母介绍自己，她试图说服他们，她要做的事其实很简单，就是带这些孩子去参与体育项目，让他们开心。她告诉他们自己曾是一名老师的背景，她向他们展示了她要跟孩子们玩的游戏。然后，她发现了主要阻碍的来源——“如果你带我的小孩去公园，他会被取笑的，”其中一位家长明确地告诉她，“我不想冒这个险了。”

伯克回应道：“大部分家长都感到尴尬，但没有人知道他们有这样的孩子，他们不希望邻居看到，随后说闲话。”

“障碍真是无处不在，”伯克回忆道。芝加哥最受人尊崇的慈善机构之一——特里比恩慈善机构的负责人嘲笑伯克让这些“智障”孩子去面对公众的举动。“你认为你是谁啊，”他嘲笑伯克，“让这些孩子去展示自己！”甚至是部门内的同事都拒绝支持她的工作，认为她这样做是徒劳的。而且，伯克所在的部门甚至不给她支付薪水，她不得不靠外部资源提供资金来支持工作。“很多人都觉得我做的事情不会有结果，甚至觉得我做错了。在他们看来，你怎么能够让那些孩子被人耻笑？你怎么能够误导他们，让他们以为自己可以做这些显然做不到的事情？”但伯克坚持了下来，她经营的这个项目慢慢成长起来。同时，她获得了老板威廉·麦克菲特里奇的支持，而他进而获得了有超级能量的芝加哥市市长理查德·戴利（Richard J. Daley）的支持。伯克就这样坚持了下去。

1967年，她获得了第一次真正意义上的突破。“我决定将这一切付诸舞台，设计一出戏剧来表演——一个新版本的《欢乐满人间》。”她邀请了100位智障人士，并赋予每个人这个音乐剧的某个角色。这些人员中，有5岁的小孩，也有40岁的成年人。他们准备了数月。这个节目的主演是近百名智障人士，一些“表演者”从来没有上过学，也不知道如何去表演。事实上，所有人都从来没有真正上台表演过。对大多数人来说，记住台词是不太可能的，戏服，交通和舞台搭建的资金压力也随之而来。

尽管如此，伯克还是坚持排练，能演的演，能唱的唱，一个魔法和幻想的世界展示在人们面前，这是一个由伯克组织起来的百位智障人士展现出来的幸福世界。麦克菲特里奇观看时“无法控制他自己”，而香农这个性情坚毅的工会领导人，也被深深地感动了。

“芝加哥有多少这样的人？”麦克菲特里奇问道。“我不知道。”伯克回应道。

香农承诺说：“我将为你做任何事，任何事，只要是为了这些人。”

伯克万分惊喜。“这样一位成功人士，当他在观看这场演出时，竟热泪盈眶。我们应该做更多这样的事情！”对所有人而言，这是一次突破，而这件事只是接下来将要发生的一切的序曲。

自1962年起，我的母亲便一直在与威廉·H·弗里博格（William H. Freeberg）博士合作，他是南伊利诺伊大学的教授，一直在经营着小草湖住宅区以及白日露营项目。在推动智障人士参与体育活动和娱乐活动方面，弗里博格可谓先驱。他们两人一起合作，召开董事会，探索对智障儿童更为有效的扶助方式。他们还希望说服美国商会制订白日露营和锻炼计划，肯尼迪基金会曾资助全美各地的十多个营地。此外，我母亲也推动了研究进展，为G·劳伦斯·拉瑞科（G. Lawrence Rarick）博士提供资金资助，他是威斯康星大学的教授，同时也是1960年出版的专著《智障儿童的运动神经特征》的执笔者之一，该书旨在为智障儿童创造出体能测试方式。母亲还为基金会聘请了一位新的顾问，加拿大研究员弗兰克·海登（Frank Hayden），他研究的方向是智障儿童的身体健全性。他的研究已经证实，身体活动不仅能够帮助智障儿童发展其自身身体技能，还能够发展其在情感上、社交上甚至智力上的技能。

1965年至1968年，我父亲和他的团队创建了法律服务体系，这是美国政府有史以来第一次能够使美国的贫困群体通过律师帮助处理他们所涉的民事案件。他们开展一系列的社区活动，使低收入群体社区的成员能够自己组织起来争取权利。他们还首次推出了由联邦政府资助的就业培训计划，使低收入的美国人具有就业技能，从而为就业做准备。

此外，我父亲与母亲一起开展了起点计划（Head Start），这是为低收入家庭的儿童所设计的全美第一个学前教育计划。它发起于1965年夏季，全美共有超过50万儿童加入该计划。

这期间，我母亲一直在寻找对推动建立智障儿童的娱乐项目感兴趣的学者和专家。之后，她找到了范德堡大学皮博迪学院的苏珊·格雷（Susan Gray）博士。格雷博士当时正在研究处于社会和经济边缘化社区的智障幼

儿的发育状况。她关注这些孩子的学习状况，拜访他们的父母，鼓励他们的父母一起学习。格雷发现，通过玩耍和教育刺激，年幼的智障儿童可在发挥语言和认知技能方面取得显著进步。1964年，我的父母飞到了纳什维尔，拜访了格雷博士。

在这次拜访过后的几个月后，起点计划诞生了：这是美国对集结儿童早期教育领域各方之力和家庭支持力量的承诺。

毫无疑问，信仰也为我父母几乎狂乱的工作方法带来了活力。他们相信生命生来平等，他们也想使得人性的尊严成为所有群体认同的标准。

多年后，我父亲写了一篇祈祷文：

> 万能的上帝，我们感谢您，我们感谢您……为我们提供了为地球上1.7亿智障人士工作的机会。感谢您帮助我们了解您创造他们的意义！他们教会我们彼此相爱，他们教会我们去尊重存在的每一个种族、每一个宗教、每一个国家、每一个人。我们中的每一个人均依赖于您，依赖彼此。主啊，请帮助我们尊重和爱护所有生灵。阿门。

回到芝加哥，安妮·伯克以任何可能的方式对工作加以拓展。她看到麦克菲特里奇于1967年发布的一个通告：肯尼迪基金会向所有被资助者和合作者宣告，它正在寻求扩大关于智障人士体育运动范围的投资，它需要合作者提出举办全国智障人士竞技比赛的建议。

伯克很快将想法付诸行动。作为芝加哥公园区和南伊利诺伊大学休闲娱乐和户外教育计划的代表，她提交了一份为期一天的体育盛会提案，名为（美国）“智障人士全国奥运会”。这场全国范围的奥林匹克赛事将由芝加哥公园区举办，伯克将带头为这一盛事努力。这份举办奥运会的申请得到了戴利市长的强烈支持。

我知道芝加哥不是唯一考虑推出运动赛事的城市。还有其他的城市也存在一些刚刚启动的诸如伯克项目一类的计划，同时还有一些大学也存在类似弗里博格项目的计划，同样备受关注。是因为市长戴利的声望和影响力才决定选择芝加哥的吗？是安妮·伯克的积极个性使其项目与众不同吗？是芝加哥作为美国主要城市的地位帮助这一议案变得有影响力，能够激励别人，从而在未来几年内被其他地区加以仿效吗？我不知道。“我受到了精神方面的引导，”伯克回忆道。也许这是最终赢来胜利的原因。无论如何，伯克和麦克菲特里奇赢得了比赛，并获得了一笔启动资金。他们立刻开始了规划的过程，他们将有很多工作要做。

之后，我母亲对这一提案做出了一些改动，包括将赛会名称改成“特殊奥林匹克运动会”，避免使用受人歧视的“智障”这样的标签。她进一步阐明了赛事的培训和征募要点，肯尼迪基金会将对此进行监督。即便是有资助，对这种规模的活动来说经费也很紧张。于是，伯克向汤姆·马赫（Tom Maher）寻求帮助，他是联合航空公司乘务员协会的负责人。伯克请求他输送一些志愿者，他答应了。然后她去找公园区泳池部的负责人乔·佩科拉罗（Joe Pecoraro），向他寻求帮助，希望他能够提供泳池以进行游泳比赛。乔同意了，还联系他的朋友、传奇的约翰尼·维斯穆勒（Johnny Weissmuller）帮忙吸引媒体的关注。市长戴利也答应提供必要的安保和工作人员。从肯尼迪基金会方面来看，弗兰克·海登提供了他编写的培训教材给运动员，基金会的公共关系专家赫伯·克莱默（Herb Kramer）联系了他在旅行保险公司的联系人，要求保险公司捐赠雨伞，以防活动时下雨。弗里博格规划了现场培训站，他选定了La Salle Hotel（喇沙酒店）招待运动员。这么多人都回应参与，这使组织这次盛会的难度被大大地降低了。其中有一位志愿者感谢伯克邀请她参与这次活动。伯克回忆道：“这些美妙的生命从来到这个世界迄今没人在乎过他们，让我们把最美好的给他们。”

就在比赛开始的两个月前，接二连三有麻烦袭来。La Salle Hotel的老板、国际奥委会主席艾弗里·布伦戴奇（Avery Brundage，他也是芝加哥人）告诉伯克，他的酒店可以用来招待智障运动员，但问题在于这次芝加哥活动的邀请函和公关材料违法使用了“奥运会”这个词。布伦戴奇明确表示，“奥运会”这个词在这次于芝加哥军人运动场所举办的活动上将不能出现。

伯克打开信阅读后意识到取消计划中的比赛已成定局。但所有的材料都已经打印好了，所有的计划都已经敲定，所有的新闻稿都已经发送出去了，目前没有办法修改这一名称。唯一的选择是推迟，甚至是取消这次活动。伯克急得直掉眼泪，她理了理自己的思绪，决定直接去找市长。“我立刻去见了市长戴利。并且一直止不住哭泣。我告诉他：‘布伦戴奇写了这封信，我们对此无能为力。我不知道施莱佛女士会怎么想，但目前我们不得不取消这一活动。’”

戴利看着信，然后大声向他的秘书喊道：“给我接通布伦戴奇的电话！”

几秒钟过去了，电话忽然响起：“艾弗里·布伦戴奇在线上，市长先生。”

“艾弗里，你发给我们的这封信是认真的吗？你知道，我去过你的La Salle Hotel，消防违规行为在La Salle Hotel随处可见。我想，你知道这意味着什么。”

戴利和布伦戴奇沟通了片刻，然后一丝微笑浮现在戴利的脸上。

“你明白了吗？谢谢你，艾弗里，这是非常有帮助的。再见。”

之后，戴利挂了电话，看着伯克。

“你可以继续进行了，布伦戴奇那里已经没有问题了。我也会告诉尤尼斯这件事，国际奥运会的人认为‘特奥运动会’是一个很好的名字。”

赛事如期进行。盛会的宣传手册写道：“这个夏季，激情与芝加哥的智障儿童们同在。”他们将被航天员詹姆斯·洛弗尔（James Lovell）、奥运冠军杰西·欧文斯（Jesse Owens）、芭芭拉·安·斯科特（Barbara Ann Scott）和鲍勃·马蒂亚斯（Bob Mathias）等嘉宾热情款待，他们将收到市长本人的问候，并下榻在La Salle Hotel的“奥运村”。他们可以在专门的训练场所享用餐点。

在比赛间隙，他们将会被邀请去参观这个城市。

“智障人士进行特殊竞技比赛的时机已经非常成熟，”一份宣传册中如此宣称。“我们可以强调智障人士的日常锻炼和竞技比赛的价值，”另外一份宣传册如是说明。“经历各种努力之后依旧遭遇失败会导致智障儿童视自己为失败者。但是，他们的首次成功可能会出现在田径场上，这是一个能够让他们建立积极的自我形象，获得自信、进行自我控制以及发展身体技能的领域。”在欢迎信中，我母亲提出“一切努力均是为了给智障儿童提供更好的生活”，同时她也希望“这一全国奥运会将带动全美成百上千的社区积极行动”。戴利市长的信为运动员和他们的家庭带来了“幸福和骄傲”的祝福。威廉·麦克菲特里奇还提出了一个值得作为崇高理想的愿景：“我们的最终目标是让所有的孩子都幸福。”

运动员们在比赛的前一天到达芝加哥，入住布伦戴奇的La Salle Hotel。每个运动员都将会进行技能和能力的评估，这样他们便可以同与其具有同等能力的人进行比赛，而且每个运动员只会跟与自己有相似技能的人进行比赛。这里将没有“总决赛”，也没有“淘汰”，每场比赛都是一次“总决赛”。在这方面，特奥运动会不同于真正的奥运会。每场比赛的胜利者都将获得一枚奖牌，它所传达的信息是明确的：每个人都会有机会取胜。

在这些运动员中，有来自北卡罗来纳州的高中生马蒂·什特斯，他15岁，患有唐氏综合征。“这很不容易。”他的母亲爱丽丝·什特斯动情地回忆道，“我们为他转了五六个不同的学校，因为没有合适的老师。”当然，马蒂也不可避免地面临着来自同学的羞辱。“有一天，两个小女孩在取笑他，”他的父亲回忆说，“还有一次，一个男孩在他身上架着一把刀。我们向学校投诉，也尽我们所能保护他。”然而，马蒂却说：“语言不会伤害我，但是他们能，是吗？”爱丽丝无法回答。她回想道：“我觉得这些事情

他接受起来反而比我更容易一些。”

之后，马蒂参加了一个特意针对他而设立的计划：由小约瑟夫·P·肯尼迪基金会赞助的，格林斯博罗康乐部组织的特殊儿童夏令营。“马蒂表现得不错，”他的父亲骄傲地说道，“他喜爱游泳，并且非常擅长这项运动。”

马蒂以前从来没去过陌生的地方，也从来没有坐过飞机，没有参加过任何体育项目。因此，当芝加哥的比赛日程确定后，马蒂成为参赛的5名运动员之一，而他的父母都很担心：“我们怎么能不担心呢？但是，我们也很激动，很开心。”

年轻的老师弗兰克·斯塔林（Frank Starling）陪同运动员到芝加哥。“我当时吓得够呛，”他回忆说，“我从来没有与智障的孩子相处过，我不知道他们会做什么。”戴夫·什特斯也克服了他的焦虑。7月18日，运动员们登上了飞往芝加哥的航班，参加了第一次特奥运动会。

1968年7月20日上午7点15分，La Salle Hotel外的公交车一字排开，来接运动员们去芝加哥熊队的主赛场。上午9点安排了一场新闻发布会，开幕式将于10点30分开始。巨大的体育场，正如之前所预期的那样，大部分座位是空着的，运动员和志愿者陆续进入。参与的人员还有芝加哥黑鹰队和多伦多枫叶队以及整个圣母大学橄榄球队的成员，来自五大湖海军站的音乐家，圣丽塔高中的学生，芝加哥消防部的小丑乐队以及曼斯菲尔德培训学校的人员。

当天早晨，在芝加哥熊队主场出现的还有知名运动员、奥运会十项全能选手拉夫·约翰逊（Rafer Johnson）。约翰逊在得克萨斯州的一个偏僻小镇度过了整个童年，在那里，他在种族分界线的另外一边长大。“我上的是一所学生全是黑人的学校，我不能坐公共汽车，去电影院只能坐在有色人种区。”9岁时，他和家人搬到了加州，这里不存在偏见，而这种转变是意味深远的。

“加州颠倒了我的世界观。”约翰逊在加州没有受到歧视。“我去了一个种族混合的学校，那里的人把我当作他们中的一员。”他在高中时是班干部，而后又进入了加州大学洛杉矶分校读书。在大学时他第一次决定尝试田径项目。1954年，他作为一名新生参加了人生第一次十项全能比赛，并且在几个月后就打破了世界纪录。1958年，他成为年度最佳《体育画报》运动员。两年后，他在罗马赢得了一枚奥运金牌，戏剧性地战胜了他的最大竞争对手，来自中国台湾地区的杨传广（他们俩在加州大学洛杉矶分校时曾是同班同学）。

约翰逊在获得金牌后退役，之后成为一名电影明星、体育节目播音员，名

满全球。“但在我的灵魂深处，”他说，“人们对有色人种的歧视仍会对我产生影响。但是，我看到了世界的变化，我知道一切都会改变。”

他受邀参加了肯尼迪总统1961年的就职庆典，他在那里遇见了我的母亲尤尼斯和她的兄弟罗伯特。约翰逊说：“罗伯特是我见过的最了不起的人！”

在同罗伯特·肯尼迪在一起的几年中，约翰逊总是同他一起旅行，加入他改变国家政治状况的行动。就在第一届特奥运动会召开的五个星期前，罗伯特遇刺。当时，约翰逊同罗斯福·格里尔（Roosevelt Grier）一起行动，最后约翰逊擒住了凶手，并当场缴获了他的枪。约翰逊一直拿着那把杀害了罗伯特的枪，直到警察过来取走了它。这种经历摧毁了他。“我迷失了。没有什么事情支持我再活下去了。”

在罗伯特去世后，约翰逊的心也随之破碎。他不知道还有什么理由值得活下去。约翰逊把自己关在房间里，封闭在墙壁之后，彻底失去了前进的方向。

一天，他接到了我母亲的电话：“你会不会来芝加哥？”

约翰逊考虑再三，决定强迫自己去尝试。

7月20日上午9点召开了新闻发布会，我母亲对记者说：“我们有一个为所有智障儿童而设的全国特奥运动训练计划。”

安妮·伯克当时不在场，她在去球场的途中，我母亲让伯克帮她一个小忙：“你去西尔斯为我拿一件游泳衣吧，这样我就可以和选手们一起游泳了。”

“我感到非常震惊，”伯克说，“我的意思是，她是已故总统的妹妹，她从华盛顿特区飞来致开幕词，她负责接待市长和所有的人。但她想和选手一起游泳！”

终于，比赛开始了。根据奥运会的传统，主持人根据机构或国家对每组人员进行介绍后，运动员进入赛场。乐队演奏行军乐曲并进行花式演奏。17岁的菲利普·韦伯（Philip Weber）手持奥运火炬，点燃了40英尺高的火炬台，熊熊燃烧的火焰被称为“肯尼迪希望之火”。麦克菲特里奇和相关代表发表了讲话，我母亲首次在开幕仪式上发言。

她引导观众想象特奥运动会的未来。她将这些特殊的运动员比作同狮子进行生死之战的罗马角斗士，他们的神圣誓言应该是：“勇敢尝试，争取胜利。”

“勇敢尝试，争取胜利。”几年后，她告诉我，这些话是她在那天早晨写下的，她的长期公关助理克莱默认为这是她内心深处的声音。对每一个运动员而言，生活里的“狮子”会打败他们，当身处逆境时，他们必须勇敢面对。

接下来，运动员去往各自的比赛场地。在这里，“特奥运动”的精神诞生了。

不幸的是，马蒂·什特斯在那天早晨病倒了，他不得不待在酒店房间里。他的教练弗兰克·斯塔林说：“在这里举行田径运动会并不容易，尤其是我们有近千名运动员参赛。好在到处都有志愿者，一切都井然有序。人们像对待世界级竞技选手一样对待这些运动员，真让人感动。”

拉夫·约翰逊从一个场地跑到另一个场地，他睁大眼睛，惊奇地看着这一切。“没有人见过这些智障群体，没有人见过他们如此开心。这一切是如此简单，又是如此迷人。这些运动员脸上的笑容我无法用言语来形容。当我去祝贺胜利者时，我得到的是一个熊抱！”“我的内心似乎有什么东西涌了出来，我只想一遍又一遍地说，谢谢。”

在300码跑步比赛中，7位运动员被带到了起跑线上。他们将绕跑道跑一周。就像特奥运动会其他的比赛一样，这是一场“决赛”，也是他们唯一的一场比赛。

终于到了最后100码，领头的选手保持着自己的位置，其他6位选手则跑在他的侧面，他们跟在他后面，都没有放弃。

这时，排在第二位的选手因为身体太倾向前方而跌倒在跑道上。他痛苦地咕哝了一声，然后毫无预兆地摔倒在了坚硬的跑道上。排在第一位的选手离终点线只有几码远了，但他停了下来。他转过身去，这时其他选手已经加速超过了他。他扶起倒在地上的朋友，他们俩就这样一起朝着终点线走去，手挽着手，以最后一名的成绩走过了终点。

在那一刻，我仿佛感到一阵寂静，随后是欢呼声。到底是谁赢得了那场比赛？

直至今日，没人记得谁拿到了那场比赛的金牌，但大家都知道，走到终点的这两名运动员为“胜利”提供了新的含义。在那一天，没有输赢，没有谁击败谁，没有人在做评判。

1968年7月20日，人们首次发现智障人士也可通过运动的快乐发现自己的天赋。在他们的坚持中，在他们的温情中，在他们的真诚中，他们的潜力

在生命中爆发，他们在内心深处赢得了胜利。

芝加哥特奥运动会是心灵的课堂，其中所蕴含的深意一目了然：人们会为每一位特殊运动员庆祝，庆祝他们变得更美好，他们的人生更有价值。谁也不曾预料到这一点。

在离开球场时，市长理查德·戴利对我母亲说："尤尼斯，这个世界会改变的。"当天晚上，病中的马蒂挣扎下床，来到宴会上去庆祝比赛顺利举办。我母亲那时正在台上讲话，然后她走下舞台，找到了马蒂，聚光灯依旧闪烁，她让马蒂站起来。

"我知道你千辛万苦来参加比赛，但你生病了。"她说道。马蒂愣愣地站在那里，激动得说不出话来，所有人的视线都凝聚在他的身上。他没有说一个字。我母亲继续说："马蒂，因为你的努力和勇气，你也能获得一枚金牌。给你，这是一枚特奥运动会勇敢者的金牌。"

我母亲也是位勇者，她的妹妹以及数百万的智障人士都有机会得到这枚金牌。她知道，她能做到。

第7章 尽简尽美

你所追求的都是表象。

——圣方济各

1968年的特奥运动会结束后，罗斯玛丽姨母首次成为我们家的常客。她一般会住上一两周。天气暖和的时候，她会和我们一起游泳。天气变冷时，她会在田野里散散步。多年后，在圣母大学举行的1987年夏季特奥运动会的开幕式上，我母亲在她的演讲中热烈地宣称：“种族隔离的时代结束了！”而在我们家，这种隔离随着罗斯玛丽姨母的到来而结束。

与此同时，我母亲也成为一名公众人物。从体育的角度来看，特殊奥林匹克运动会采用了“分组”制度（divisioning）。在这个过程中，每位竞技者无论能力水平如何，都能置身于激烈的比赛中并有赢得奖牌的机会。“分组”制度使每位运动员都有机会感受到胜利的喜悦，让他们明白，每个有勇气尝试的人都可能成功。特奥运动会的精神就在于：成功不在于是否拿到金牌，而在于你是否竭尽全力努力过。

1973年，著名的体育节目《体育大世界》（*Wide World of Sports*）推出了第一个关于特奥运动会的全国电视转播节目时段，同时播放全世界精英体育比赛的样片。该节目的知名制作人鲁恩·阿利奇（Roone Arledge）单方面做出决定：为当年在加州大学洛杉矶分校举办的运动会制作15分钟的节目，并由弗兰克·吉福德（Frank Gifford）主持。即使这次运动会规模相对较小，但也吸引了可口可乐等知名企业的注意，它们从自己的员工队伍中派出数百名志愿者为赛事服务。

节目播出那天，我们所有人都挤在电视机前。节目结束后，我母亲便致电阿利奇，深深感谢他的勇敢之举。吉福德说：“阿利奇不仅赢得了收视率。而且预见到有关特奥运动会的节目会成为一档优秀的节目。”

特奥运动会的影响力不断扩展。在美国，地方俱乐部、教会团体和民间组织都开始举办自己的特奥运动会。很快，美国的每个州都成立了特奥组织，每个组织都遵循特奥运动会的训练和比赛规则，而且它们都经过了国际特奥会的认证。1975年，美国总统杰拉尔德·福特（Gerald Ford）同意担任首届特奥运动会慈善晚会的名誉主席，为这项事业的发展锦上添花。再加上芭芭拉·史翠珊（Barbra Streisand）在肯尼迪中心的演出，在我家后院兴起的这项运动突然间变得魅力四射。

福特总统不知道，在他抵达肯尼迪中心前，我母亲彻底陷入了恐慌之中。她穿了不合身的礼服出场。于是，她迅速躲进女盥洗室向一位陌生女人借礼服。

想象一下那位女士会有多么震惊。

“你要我把自己的礼服借给你？”

“是的。我马上就要。总统在等着呢，我身上这件不合适！”

可惜，我母亲后来没有找到这名女士归还她的礼服。

由特殊奥林匹克运动会带来的一切名誉，都无法满足我理解这个世界的渴求。和大部分青少年一样，当时我满脑子想的都是别人会怎么看我，我的关注点完全在如何让我的同辈对我刮目相看以及远离内在的不安全感。如果你时常担心会被别人评判，就无法从内心出发来看问题，因为恐惧蒙住了你的双眼。你在错误的地方寻找归属，当你将评判放在内心，便会妨碍你认清自己。

那个尽最大努力让我停止评判自己，停止恐惧的人，就是我在中学毕业后遇见的人：琳达·波特（Linda Potter）。我爱上了琳达，她是我见过的最漂亮的女生，也是我遇见过的最快乐的人。当我和她相处时，我的内心全是快乐。

然而，我和琳达相爱时，她即将大学毕业，而我才刚进入大学。她准备签下一份工作合约，为一个以反对南非种族隔离为宗旨的基金会工作。我们开始约会，虽然无论从哪个方面来说，异地恋都是一项挑战，但我们俩都为彼此疯狂。

像奇迹一般，我念大学这四年，和琳达的恋情一直很顺利。在我大四时，琳达又去了田纳西州的法学院深造。她的注意力转向法律学习，并且在当地的法律援助诊所提供志愿者服务。与此同时，我在专注于为纽黑文贫穷社区的高危青少年提供服务。虽然当时我仍是在校生，但我自愿参加教师认证计划，以便在纽黑文的一所中学担任教师。我教过美国历史，辅导学生的英文和数学，在针对高中生的“向上跃进”计划中担任辅导教师，这一切都让我乐在其中。孩子们既顽强又温柔，既充满渴望又愤愤不平，既焦躁不安，有时又会灰心气馁。他们既不成熟，又充满吸引力。如果我正在寻找某种最重要的事物，我会说他们就是。

毕业后，我的第一份全职工作是担任康涅狄格大学“向上跃进”计划的教育顾问，我的领导是杰出教育工作者鲍勃·布朗（Bob Brown）。

事实证明，鲍勃是一位睿智的导师。鲍勃行事强硬、高效，他只需看学生们一眼，一切都会发生改变。而我对学生讲大道理、抱怨，却什么效果也没有。有天晚上吃完饭，他把我叫到宿舍的角落。

“蒂姆，问题不在于你说的内容，”他说，“而是你沟通的方式。”

我的自尊心受到了打击。“我只是想让这些学生知道他们必须遵守这里的规则。”我反驳道。

“你想给他们提供良好的建议，你无须改变初衷，只是你可能需要以不同的方式说出来，仅此而已。”鲍勃耐心地说。

“你的意思是，不要对他们这么强硬？”我有些不解。

“不，你可以更强硬，只是现在你讲话的语气显得高高在上。你要记住，他们只比你小几岁。另外，你没有融入他们的世界。”

我不明白他说的到底是什么意思。有一天晚上，我在宿舍里与几个学生发生了特别激烈的口角——我发现他们偷偷溜出房间，然后便跟随他们下楼。

“厄内尔！”我喊道，“你们在干什么？还有谁在卫生间里？你们明明知道不应该下楼。”

厄内尔不以为然地说：“别担心，老兄，我们马上就走。”

“还有谁在那里？把灯打开。我要你们所有人明天早上到爱丽丝的办公室来见我。”我生气地说道。

“镇定点儿，老兄，”托尼说，“我们哪儿也不去。我们就要回自己的房间，所以还是回去管好你自己吧！”

“别撒谎，”我吼回去，“你们不是要回房间，你们是要出去！你们违反规定，我得举报你们！”

“施莱佛，你怎么这么惹人讨厌呢？”尤金插嘴说，“别管我们，让我们走不就行了，没人会知道。别这么混蛋行不行？”

“我不是混蛋，等一下！”孩子们开始上楼，拒绝再听我说任何话。我在他们背后喊道，“我必须做我应该做的事，你们最好……”

三楼走廊的门砰的一声关上，他们都走光了。

我如此努力却惹人厌烦，我需要在指导孩子之前理解他们，而这亦需要时间。

在这4年时间里，我竭尽全力想做得更好。我的学生身处艰苦的环境，他们在全美暴力犯罪最严重的两个城市哈特福德和纽黑文成长。他们身处的社区很穷，他们的父母常常失业，工资低。学生旷课、辍学和有纪律问题的比例居高不下；但我认为他们需要我。我经常在下班后进行家访，尽我所能去解决他们的问题。

我记得有一个叫勒妮丝·法尔克（Lenice Falk）的小女孩，当时她15岁。我经常为她辅导。有一天她说她怀孕了，需要辍学一段时间。达雷尔·米奇（Darrell Mickey）是一个很有天赋的篮球运动员，也很聪明，但他并不想上大学。我发现身边围绕着很多这样的学生，而我的能力并不足以帮助他们。

在与参加“向上跃进”计划的数百名中学生相处之后，我意识到我遗漏了某种东西。我设法找到了唐纳德·科恩（Donald Cohen）博士，他是耶鲁儿童研究中心的主任，并因其有关创伤后应激障碍的著作和以理解自闭症为核心的心灵理论成为全世界的新闻人物。他建议我带一位学生到中心去，科恩博士与学生进行了面谈，然后说出了他的看法：“你的学生面临着巨大的挑战，蒂姆，他们当中几乎没有人可以理解自己的内心生活。他们被各种混乱、冲突所围绕，他们需要巨大的支持。”

“内心生活？”我从未听过这个词。到底什么是“内心生活”？

之后，我求助于詹姆斯·科默（James Comer）博士，他是耶鲁儿童研究中心的另一位著名儿童发展专家。科默博士是非裔美籍人，他也在贫穷的大家庭中长大，但他通过教育取得了成功。在完成其精神病学专业训练后，他决定献身于城市学校改革。在这些学校中，他看到了大批有色族裔孩子经历的失败人生。“学校成立的目的并不在于理解这些孩子的发展需求，”他向我解释说，“学校的新关注点是如何运用精神健康世界的技巧帮助学生对教师产生信任，并以最佳的方式发展；而教师需要理解如何去诠释学生的行为并促进积极结果产生。”

科恩博士和科默博士等人的理论和见解启发了我：学习不是在零件装配线上将知识分配到名为“孩子”的机器里的机械流程，与此相反，学习是用来培养意义和信任的。学习是一个让教师和学生都充满活力地追求梦想的过程。儿童发展科学中充满了诸如如何帮助教师理解学生的行为、培养学生的积极性以及让学生和家庭形成对学习的承诺等问题的见解。

但对我而言，与这些杰出学者的邂逅并不能解决这些学生的问题。斯蒂芬

妮·林克尔（Stephanie Linker）是一个聪明、年轻、学习努力的学生，她把每件事都做得很好，成绩拔尖。但她总是低着头，从不敢直视我的眼睛，她身上的某一部分总是在游离，她的思绪被忧虑所占据。当我鼓励她坚持不懈、上更好的大学时，她说："我真的不需要去上更好的大学。"

显然上一所好大学并未引起她的共鸣。"她到底需要什么？"我思索着。除了成功，我还需要与孩子们谈些什么？我是否需要教他们批评社会不公以及遵守社会的规则呢？我是否需要带给他们更多非裔美国人的模范和导师呢？我带着学生参观在康涅狄格州格罗顿的一个名为"电动船"的地方建造的潜水艇；我们参观大型公司，了解企业如何运营。我们访问罗德岛的布莱恩特学院、波士顿爱默生学院、哈特福德三一学院、布里奇波特圣心大学和其他数十所大学。我是否需要带他们去更多地方，让他们明白优越的社会福利和稳定的生活是可得的？

我确实需要去做这些事情。然而，科恩博士关于"内心生活"的话令我感到苦恼，我仍然不知道该如何诠释它们。我的学生即便有钱或受到良好的教育也无法满足他们内心更深的渴望，我不知道他们最深的渴望是什么，他们的梦想是什么？而我的梦想又是什么？

无论如何，我教的大部分学生都认为，试图融入主流世界是徒劳的。他们放弃了体系，因为他们认为体系放弃了他们。在他们去的每个地方，他们都体验了不善的注视和被拒绝。在媒体上，他们看见负面描述。在他们父母的世界里，他们看见低薪工作、精疲力竭和种种障碍。他们感觉受到负面、不公正甚至是残酷的评判。他们拒绝那个正在拒绝他们的世界，而我也很困惑。

他们学会了看见那个不同于我所看见的世界。当你明白了事物在"真实"世界中的存在方式在某种程度上是错误的时候，你就得被迫找到不同的观看方式。你不只是拒绝你的所见，你还学会如何以不同的方式去看，而这正是我需要学会的。我在那些年里教过的大部分学生已经得出这样的结论，即与其说经济上的"应许之地"是他们的真实选择，还不如说那只是他们的一次猜字谜游戏。因此，我关于竞争和成就的大部分劝勉均得不到理会。他们早就对成绩和大学失去了兴趣，因为那些事情似乎毫不真实，因此，他们把目光投向更加真实的东西——至少对他们来说是。真实的东西就是归属感。比起其他任何东西，他们似乎更在乎找到自己在乎的人。最重要的事情是被看见和被理解的感觉。尽管我的学生们的生活充满各种痛苦和失望，也正因为如此，他们学会了如何从内心深处去看问题，因为任何其他东西都毫无意义。有人说只有两种通向上帝的心灵途径——爱和苦难。对我的学生而言，苦难是常有的事。

我对这种真实性感到嫉妒，但更多的是感到困惑。我的学生通过对后果的

漠不关心来表达他们的愤怒和渴望，他们以这种方式处理自己的愤怒和渴望。我想知道，如果我真的对多次羞辱我的中学老师说下地狱吧，我会是什么样子。我想知道，如果我在主导我工作的教区的浸信会教会长大，并且能够站在挤满人的教堂里祈求上帝施行奇迹，而不是以井然有序的天主教会要求的方式站立、落座和跪拜，我会是什么样子。我想知道，如果我像我的一位学生那样，晚上像一个谱写贝斯吉他和弦的布鲁斯歌手一样在街上游荡，我会是什么样子。我想知道如何倾听孩子们的心声，让孩子们相信，我在乎的是他们本身而不只是他们的成绩。如果我这样做，我是否仍然会向他们推荐将数学和英文功课作为找到目标的一种方式，或者与此相反，我教导他们首先在其他方面找到他们的目标？在我看到的每个地方，我都会看见将我成长的世界与我现在居住的世界分隔开来的精心建造的高墙。比任何事情都更让我感到惊讶的是，我在新世界中感到更加轻松自在。

后来，琳达从法学院毕业了，这时，她却打电话扔下了一颗“炸弹”：“我们分手吧。”

自1973年我初见琳达已过去十多年了。然而，现在她的生活正朝着与我不同的方向发展。我们以前也分分合合过几次，但这次听起来像是最后一次了。“我已经决定了。”她说道。我们的恋情画上了句号。

我心碎欲绝，但这也可能是一件好事，因为它迫使我看清自己。琳达走了。我的父母和兄弟回到了马里兰州，但从心理上来说，他们已经远在我的世界之外了。我日夜为贫困孩子的生活揪心。我注意到，在历史教科书上、在报纸首页上出现的政治、商界以及娱乐界的领导人几乎全是白种人，仅有少数几位是有色人种，但我之前从来没有注意到这些——直至我试着去理解我的学生，理解他们看到的和感受到的这个世界。突然间，我发现，我才是问题所在。

一个月后，我搬出了与两个朋友共住的公寓，搬进迪克斯—威尔大街圣马丁普瑞斯教会的住宅区，它同时也是纽黑文非洲裔美国人的生活街区。在我看来，教堂社区更有助于我专注于自己的宗教习俗，只有上帝才知道为什么我的内心深处永远在不停地进行搜索。也许，再多一些祈祷，再多读读《圣经》，多与神父交流，这样就能解开我心底的秘密。

在这期间，父亲安排我们全家去罗马过圣诞节，同时与新教皇约翰·保罗二世（John Paul II）会面。但当我们前往欧洲与他见面之时，我有些不在状态。我的心思仍然停留在纽黑文。

父亲带来很多念珠，让教皇赐福。很明显，我们的会面将会比较短暂。几分钟后，教皇进了门，他穿得很简单，一袭白衣，白得耀眼，脸上带着大

大的笑容，热情地张开他的手臂。他先招呼我的父母，然后与每一个人握手并合影。

我的父亲向他问了一个问题（他对信仰的真诚和那种由衷的表达让我感到惊讶）。他说，“圣父，我想得到您的指引。请问我们应该怎么样去生活？”

约翰·保罗二世对父亲笑笑：“你正在做正确的事，你应该继续做你正在做的事情。”他回答说。

我父亲继续追问：“除此之外，我们还应该做些什么呢？圣父，我们可以为您做些什么呢？”

“继续做你正在做的事情，”他重复道，“多祈祷。”

然后，我也问了一个问题：“我们应该如何祈祷呢，教皇陛下？”

圣父看了看我，他以带着浓重的波兰口音的英语回答了我，这让我永生难忘：“尽可能简单。”

> “我们应该如何祈祷？”
>
> “越简单越好。”

教皇的话让我久久回味。“越简单越好”，这几个字都是值得用一生去理解的。

但是要怎么做到呢？在圣马丁每周四晚上召开的祈祷小组会上，我们共同祈祷，聆听彼此的祈祷。与其他人相比，我的不安和挣扎更为明显。几周后，我们小组的领导者，伊莱恩·菲茨帕特里克（Elaine Fitzpatrick）给了我一些建议：“你有没有试过定心祷告？你可能会喜欢巴兹尔·彭宁顿（Basil Pennington）的《静心祷告》。”这本书让我的目标变得清晰。不知不觉，我已经完全进入了一个全新的世界。

彭宁顿是西多会的修士，西多会修士以严格遵守圣本笃的古规则而闻名。

彭宁顿告诉我们，祈祷不是要索求什么东西，祈祷是倾听，放空自己，保持沉默。

静心是不同的，沉默就是力量。保持沉默需要耐心，而这是我所缺失的。

多年来我一直为无法改变我的学生而感到失落，我一直希望他们以一种更稳定的方式顺应生活，但彭宁顿的书给了我启发。

> 在一个犹太人的故事中，有位名叫穆勒耐斯特雷登（mullernestredon）的老人。有一天，人们看到他忙着在村里的草场上寻找着什么。一个富有同情心的朋友问他是不是丢失了什么东西。“是的，我的钥匙。”他回答说。于是这个朋友帮他一起找。几个小时后，朋友问老人：“你确定你是在草场丢了你的钥匙吗？你最后一次看到钥匙是在哪里呢？”“我房间里的桌子上。”他回答说。“上帝呀，你为什么要在草场上寻找？”“因为这里更亮。”

我也是这样吗？我是不是本应通过搜索解决贫困的办法来满足自己的“期待感”？我以为自己在寻找提高教育水平的关键途径，但实际上我是否只在有“光”的地方寻找？我觉得，在我的内心世界中没有光，我也看不到学生们的内心生活。但如果钥匙是我寻找的目的，那么我是在哪里丢失了它呢？

问题是，我是不是找对了地方。彭宁顿继续说：

> 就像穆勒耐斯特雷登一样，我们总是在我们的头脑和想象中寻找上帝，因为这样看似更容易。但最终我们发现，上帝并不在那里。上帝在我们内心的最深处，我们能够通过信念的光或爱来感知。
>
> 祈祷中的所有感情、思想和图像，并没有把我们与他真正联系在一起，他存在于我们的内心世界中。

彭宁顿写道：

> 有一位拉比祖沙（Zuscha），在他临终前，人们问他，他心目中神的国度是什么样子的。
>
> 老拉比说：“我真的不知道。但有一件事我是知道的：当我到了那里，他们不会问我‘为什么你不是摩西？’或‘为什么你不是大卫？’他们会问我：‘为什么你不是祖沙呢？’”

这就是静心祈祷的目的：做真正的自己。

在那一刻，我感到拉比祖沙已从书中抽离，他仿佛搬了张椅子坐在了我的旁边。我们相对无言。拉比祖沙转过头来，像是也要给我一个问题，某一天我会被询问：“我为什么就不能是蒂姆呢？”

我曾努力想成为耶鲁大学的学者；我曾努力成为像我父母那样不屈不挠的战士；我曾试着像我的朋友鲍勃·布朗那样，被成千上万的年轻人所喜欢；而且我试着像我的舅舅约翰·肯尼迪那样，成为人们眼中的大英雄。但上帝不是“在那里”等待我功成名就，上帝深藏于我的心中。人生中我第一次感到上帝与我同在。

如果我能够追随拉比祖沙的训示，会发生什么呢？“成为命中注定要成为的那个与众不同的人”——这是一个目标。在昏暗的灯光下，我意识到，所有与学生之间的斗争其实只是与我自己的斗争。

这只是学会如何从内心用爱之眼看世界的第一步。虽然我只是一个初学者，但是我从一开始就感受到了不同。我有了新的目标：在内心深处找到上帝。这是我的目标，我需要用心去完成。我明白，我不能去“修复”任何人，而是要从内心去看我的学生，去爱他们。我了解到，世界上尽管苦难遍布，但也充满了爱。

第8章 在爱中沉醉

做我自己。

这听起来不错，也很奇怪。我并没有打算给我的朋友打电话，向他们宣布我要“做我自己”。在这个充满权力和斗争的现实世界里，“发自内心地去看待事物”听起来很愚蠢，关注内心也许只是为了逃离现实。当我翻来覆去地琢磨这些想法时，我担心这也许只是自欺欺人。

如果你想知道我的感受，可以试试对着卫生间的镜子说：“今天我要做我自己，我不想变得不真实、虚假、肤浅。”如果你和我一样，只要周围没有人在听，那么这种感觉简直太好了！但是如果你和我一样，当你离开卫生间的时候，你就会完全忘记这件事。不一会儿，你就会穿戴整齐，准备面对工作、家庭、赚钱、健身、娱乐、交友，或诸如此类的事情。如果这些事情要求你表现得自信，那么你就自信起来吧。如果这些事情要求你伪装成另一个人，或是要求你去做你并不想做的事情，那么就顺其自然吧。不管怎样，这就是我的态度。“做我自己”听起来很棒，甚至有一种解脱的感觉，但是我不知道如何将其变成一种现实世界的生活方式。对于如何将“做真正的自己”变成一项技能，我一无所知。

现在回想起来，我在纽黑文工作的大多数时间里，都在试图去证明我很重要，这并非仅仅因为我能够胜任重要的工作。当你试图证明自己时，便很难会相信自己。在我的家庭里，我们一直将“互相信任”与“向彼此证明自己”这两点混在一起，事业成功并且大有所为似乎会得到更多的关注和称赞。这个道理看似既明显又合理：如果你想成为重要的人，那就去做重要的事。我的表弟曾在美国国会任职16年，但是他这样说：“我这么努力并不是想赢得国会的一个位置，而是因为我想赢得家里餐桌上的一个位置。”

想要赢得我的家人的关注，相当不容易。我不像家里其他人那样魅力十足、风趣、成功、聪明，在我看来，自我怀疑是合情合理的。对我来说，我似乎永远都无法实现那些期望。

那么，我如何才能找到自己的价值呢？当我静静地坐下来，做静心祷告时，大多数时候我都很烦躁，想要赶紧结束。当我阅读诗歌时，我担心它们只是消遣之物。当我去教堂时，我担心自己脱离了现实世界。我想要得到放空自己与超脱所带来的益处，我相信解决问题的方法是找到“内心的真我”，但是我的头脑不停地告诉我要面对现实、有所作为。

接下来，事情又有了突破性的进展——琳达给我写信了，还给我打了电话，她想重新回到我身边。这让我欣喜若狂。在琳达从法学院毕业后的第一年秋天，她正在带领阿尔·戈尔（Al Gore）首次参议员竞选活动的问题研究小组做研究。在大约6个月的时间里，她数次给我写信，信的内容都是一样的："我爱你。我希望有一天我们能够再次走到一起。"我相信她信中的话，但内心还不够坚定。我当时正住在教区，并试图从我们的感情中走出来。

当她打来电话说要来纽黑文看我时，我准备拒绝她。

"你为什么要来？"

"因为我想见你，和你聊一聊。"

"我们可以在电话上聊天。"

"你收到我上一封信了吗？我想亲口告诉你，我爱你。""我收到你的信了，但是我们必须往前看。"

"我能去看看你吗？"

"这不太好吧。"

"我只去一天怎么样？下周行吗？周三？""周三？我在，但我觉得这不是个好主意。"

"好的。我周三过去，我们可以一起吃个饭。"

"我还不太确定。"

"那就这样吧，周三见。"

就这样，我们再一次相爱了，"再一次"并不是说我们曾经闹翻过，而是我们重新开始了。她结束了在戈尔的竞选活动中的研究，离开了纳什维尔，并在华盛顿特区找到了一份在国际大型律师事务所的工作。我结束了在耶鲁儿童研究中心的研究工作，决定去美国天主教大学研究生院学习灵修学和教育学。我了解了大量关于儿童发展的知识，并对詹姆斯·科默关于学校需要围绕社会、情感、认知、精神需求以及儿童的发展能力这些方面进行重新改造的理论尤为着迷。于是，我开始了为期一年的研究生学习，我想去了解所谓的"超然的诱惑"，也想了解有关儿童发展的科学，这样我就能把对人生终极意义和价值的探索转变成鼓舞人心的与教学相关的过程。而我想和琳达一起做这些事。

1985年9月，我来到了美国天主教大学的校园，开始了宗教与教育学研究生学位的课程，主攻灵修学。

令我非常吃惊的是，“灵修学概述”这门课计划由来自佐治亚州一所大学的客座教授詹姆斯·罗伯特森·普莱斯三世（James Robertson Price III）来讲。他很年轻，充满激情，而且是一个圣公会教徒。他在芝加哥大学获得了博士学位，主要研究东正教的圣徒——新神学家西美昂（Symeon）。

第一节课上，普莱斯教授就迟到了20分钟，他说的第一句话是：“我忘记了教学大纲，但是我会快速地为你们概括一下我们这学期要研究的东西。这是一门理科课程，而你们就是实验室，我们的实验将深入宗教的内部。我们将探究有关神秘主义学说的著作，我们还会学习如何将这些课程运用到日常生活中。这两点对于理解灵修学来说都是至关重要的，头脑和精神是永不分离的，头脑和心灵总是共同运转的。在这门课中，你们会学到它们是如何共同运转的。”

接下来，我们拜读了讲述“不执”的理论和佛学著作，并了解到，“不执”是将忧虑与恐惧从头脑中去除的一种方式，这样我们就能看清楚自己的内心；我们拜读了中世纪的著作《未知之云》，了解了如何让内心平静，以及如何进行自我放空的修行方式，从书中我们还了解到，放空能够形成开通的思想，看到自身与宇宙的统一。我们拜读了德国作家麦斯特·艾克哈特（Meister Eckhart）关于“一个独立且自由的灵魂”的观点，并了解到，精神的自由能够解放头脑，让我们不偏不倚地看待事物。我们拜读了诺维奇的朱利安（Julian of Norwich）有关爱的力量如何使世界更美好的著述，我们看到了在万物中都能展现出爱的修行方式。

除了学习伟大精神导师的课程之外，我们还探究了宗教中的哲学文化。普莱斯向我们讲授了亚里士多德和阿奎纳的思想。普莱斯告诉我们，有足够的证据能够证明上帝的存在，这些证据来自我们的内心，来自我们对意识的真实审视。朗尼根认为，尽管人与人之间的人生阅历有着很大的不同，但是我们都有一个共同点——我们都是有意识的。意识开始于纯粹的经验，这无须解释。它是一种认识，独立于物质而存在。它不意味着我们能够意识到“这个”或“那个”东西，而是纯粹的意识本身。如果你能够意识到你自己的意识，并且能够意识到那些把你从认识带向行动的问题，那么你就开始体验意识本身了，并且你也能够开始看到，意识包含着无限的可能性和无限的渴求，没有开始也没有终点。

朗尼根将意识的来源和终点称作上帝。在我们每日对知识、意义和归属的寻求之路上，我们总是不知不觉地寻找我们得不到的东西——完美的幸福、和睦、公正、美貌，以及那种“令人无法理解的平和”。不管怎样，我们所做的一切都是在寻找被我们称为“上帝的无条件真理”的一种形式。专

注于内心能够让我们看到并发现自己也正在寻找的精神源泉。追寻上帝存在的最好方式是将我们的思想和感受一层层剥开，这样我们就能够看到，上帝无处不在。无论何时我们产生了任何形式的想法，我们是同时在思考一个完美的想法——上帝。而且，不管我们回答上帝提出的问题时有多少种不同的方式，不管我们是有神论者、无神论者还是不可知论者，我们都会提问、搜寻、怀疑和期盼，这些足以告诉我们，我们想归属于那个超乎一切的东西，即上帝，这是我们的本性。

普莱斯博士教授给我们的课程让我明白，尽管这个世界有各种缺陷和痛苦，但是相信上帝给予我们无条件的爱是看清这个世界的最佳方式。我在学习的过程中，能够感觉到纽黑文的学生们的心也和我在一起，虽然他们很迷茫，但他们正在用自己的方式探索对于他们来说最重要的东西。

但是，无条件的爱在理论上并不是一种体验。在普莱斯博士的第一门课程结束之后，我买了一枚蓝宝石戒指，向琳达·波特求婚了。

但是结婚和爱情可不一样。我和琳达有着不同的背景和文化。她的家庭成员很低调、很谨慎，家人都是圣公会教徒，而且很友好。相反，我的爱尔兰家庭的成员们都信奉天主教，家人都很开朗外向、无私，但并不温和。从最宽泛的意义上来说，这是政治使然——我的家人都具有拼搏精神，坚定且自信，为自己的成就感到自豪，渴望社会公正。

琳达的父母每周日会带她去教堂，让她接触宗教的思想和仪式。但是她的父亲认为，宗教信仰是个人追求，因此他从未逼迫他的孩子成为一名虔诚的教徒。

尽管我们非常爱对方，但是仍需要相互理解忍让。对于一些重要的问题，我们甚至有相反的看法：我总是在思考有关上帝的问题，并试图找到正确的答案；她也在试图思考这样的问题，却想要兼收并蓄。我喜欢读神学的书籍，而她喜欢读唯美的小说。我喜欢做静心祷告，研究心灵修为，而她更愿意在情感上与我谈心、沟通。

一天晚上，当我们开始进行“婚前准备程序”（天主教传统中结婚前必须进行的一系列会谈）时，我们之间的争执达到了高潮。“婚前准备程序”是后梵蒂冈二世的教堂神父帮助即将举行婚礼的夫妻做出婚姻中终身承诺的步骤，所有将结婚的准夫妻都必须参加短期课程。我们决定和一位方济会神父一起进行我们的课程。

我和琳达来到了天主教大学附近的一座外观呈黑色的方济会修道院，敲响了钟声。然后，约翰·艾普顿神父（Father John Appledorn）出来迎接了我们。他穿着一件棕色卷尾长袍，步履缓慢，文质彬彬。

“你好，很高兴见到你。”我大步上前，嘴里蹦出了这么几个词，就好像在参加竞选，“我们听说了很多关于您的事情。谢谢您，我们很感激。”

约翰神父微笑着说：“我们穿过走廊往前走一点儿，那里有一个安静的房间。”

在与约翰神父见面的第一个晚上，我们谈到结婚仪式，琳达提出了她的担忧：“我不希望在仪式上提到耶稣，因为届时会有信仰不同宗教的人，而我不想让这些人感到他们受到了排斥。”

“你不希望提到耶稣？”我怀疑地问道。我的脑子飞速地转着。我应该在这个问题上与她争论吗？我又该如何与她争论呢？我尽可能平静地说：“琳达，耶稣是我的信仰的中心，而且耶稣也应该在天主教堂里。我们不可能不提到耶稣，那是不可能的。”

“艾普顿神父”，她反驳道，“您明白我的意思吗？天主教徒总是想强调他们的优越感，当他们提到耶稣时，似乎是在向世界宣称，他们才知道什么是对的，而别人都是错的。您明白我的意思吗？”

这位神父虽然才认识我们几分钟，却已然陷入了我们婚前的口水战中，而且这次争执有着深远的意义。艾普顿神父因其开阔的襟怀而闻名，他停顿了许久，说道：“我能看出，和你们这对夫妻一起合作将会十分有趣！是的，琳达，我明白你的意思。如果你从一些人谈论耶稣的方式来判断，耶稣似乎是一个经常妄下结论、没有爱心的形象。但是，我们可以看看能否找到一个解决方法。”

一方面，我想要鼓起勇气，与琳达的反抗做斗争，要求婚礼必须按照我认知中的天主教传统中的仪式来进行；但是我意识到，琳达的担忧并不是来自对福音的蔑视，而是来自对每一位参加我们婚礼的来宾的尊重。

最后，我们尴尬地陷入了沉默，离开了艾普顿神父的办公室，来到停车场。这一段路程就好像是一个“禁止谈话区域”，我们认为自己是什么样的人与我们想要成为什么样的人之间的冲突让我们陷入了沉默。我们正在建立新的东西，我们即将在婚姻这段旅程中扮演一个角色，在这个角色中，为了创建新生活，我们会放弃浪漫、放弃诱惑、放弃玩乐。在我们努力按照各自不同的甚至是对立的观念构建一个家的过程中，我们也开始了内心的取舍——坚守哪些、放弃哪些。我们试图向对方表达那种把我们从各自不同的世界中聚拢到一起的爱——那种无法名状的爱。

我知道，我才是那个需要改变的人。挑战就在我眼前，毕竟我读研究生的目的就是要学习用“上帝”“耶和华”“耶稣”之外的语汇，来表达人们对上帝

的渴望。如果我无法向我最爱的人表达我的世界是怎样被一股神秘的力量彻底打开的，而这股力量又能够给人以改变生活的力量、决心与希望，那么我又怎么能将其告诉给那些纽黑文大街上的孩子们呢？我已经意识到，将来我在公立学校教书的时候，我不能仅仅依靠基督教的语言；但是我没有意识到的是，我的世界观受到的第一次考验竟会是在我们的婚礼仪式上。

这让我想到伯纳德·朗尼根的思想，他对于意识的探索不仅仅包括人们体验终极意义与价值的方式，还包括人们如何实现这两点的方式。他认为，唯有在爱中沉醉，才能找到上帝。他写道：

> 一个人的生命就变成了在爱中沉醉的生命。这样沉浸在爱之中的生命有其产生爱的前提、起因、条件和时机。但是，爱一旦产生，且持续下去，它就会处于主要地位。这是最重要的原则。从中会反映出一个人的欲望和恐惧、欢乐和悲伤、对价值的识别能力及其做出的决定和具体的事情。
>
> 在爱中沉醉的形式是多种多样的。有亲密之爱、夫妻之爱、父母与孩子之间的爱；有为全人类谋求福祉、求取成果时的爱；有付出自己所有的智慧与力量，对上帝全心全意的爱（《马可福音12：30》）。上帝的爱通过赋予我们的圣灵流向我们的心中（《罗马书5：5》）。上帝的爱迫使圣保罗产生了如此坚定的信念：“无论生或死，无论是在精神还是超出人类的能力范围内，无论是在当下这个世界或是将来的世界中，无论宇宙的力量有多么大，无论天有多高地有多厚，天地万物中没有什么能够夺取我对上帝的爱……”
>
> 由于上帝的这一问题暗含在我们所有的疑问中，因此沉浸在上帝的爱中是实现我们意识的意向性的基本方式。尽管遭受羞辱、失败、贫穷、痛苦、背叛以及遗弃，这种满足感能够带来持久且牢固的快乐；这种满足感能够带来彻底的心境平和，这种平和是这个世界所无法给予我们的；在我们关爱身边那些异常努力地将天国带到人间的人时，这种满足感便能够结出果实。从另一个层面讲，这种满足感的缺失会导致一味地追求庸俗的快乐，导致滥用权力，导致人们认为世界是荒谬的进而对人类的命运感到绝望。

人生中最大的渴望就是在爱中沉醉，这是我的人生原则，也是琳达的人生原则，亦是每个人最重要的人生原则。我们生来就能够与彼此相爱、与我们自己相爱、与身外的一切事物相爱。信仰上帝不是想着上帝，而是只有我们为他人、为世间万物、为爱而付出时，我们才能幸福，才能忠于自

己。

方济会修士理查德·罗尔（Richard Rohr）指出：“这不是一个人与上帝建立了新的关系，而是他拥有了一个全新的上帝！”那些我以前听到的被当作信条的话语现在听起来就像是经验之谈。在基督教的福音中，耶稣说，“我和圣父合为一体”。犹太赞美诗的作者说：“上帝就是我的顾问。夜里，我内心最深处的那个生命体在指导着我。”罗尔则将这一深刻见解发挥到了极致：“上帝在和你一起产生作用，在你心中产生作用，甚至替你产生作用。”终于，我明白了，沉醉在爱之中的感觉就是体验上帝的感觉。这简直令人难以置信！

在我和琳达为结婚做准备的过程中，我们两人都开始懂得如何将各自生活的一部分结合在一起。懂得这一点与做到这一点并不相同，而做到这一点将需要数年的时间。但至少我们已经意识到，我们不再需要找到完美的答案，正确的答案已足够了。我和琳达一直是相爱的，我们需要沉醉在爱之中。我们在学着信任对方，学着信任对方并向我们最珍视的信念做出妥协。

我们在琳达的母校乔治城大学的一个有着150年历史的教堂里举行了婚礼。我们的朋友理查德·弗拉格梅尼神父主持了婚礼。当他提到我和琳达特别喜欢“对一切事情都讨论”时，大家都笑了。300多名宾客挤满了这座新哥特式小教堂。纽黑文福音唱诗班的弗农·琼斯合唱组激情澎湃地唱着：“有福确据，耶稣属我。”所有人的脸上都洋溢着喜色。我们诵读了先知弥迦关于“怜爱”的训诫，我们还诵读了圣卢克有关转世重生的故事，故事中讲到在去以马忤斯路上的行者因为感受到“内心在燃烧”而感知了上帝的存在。祭坛上，坐在弗拉格梅尼神父旁边的是纽约圣公会主教保罗·摩尔（Paul Moore），他是琳达的教父。我想我不曾听说过有这样的婚礼——天主教和圣公会的神职人员在一个天主教堂里共同履行他们的职责，但是他们确实坐在了一起。

我们在尽力完成爱召唤我们完成的事情——以任何人都能够理解、感受到或视为神圣的方式来告诉大家，无条件的爱的力量有多么伟大。两天后，我们出发去尼泊尔和印度度蜜月，去探索古代印度教、佛教和基督教的圣迹。蜜月之后，我和琳达一起回到了纽黑文。我不打算再教英语和历史了，我打算告诉我的学生，我有多么爱他们，并且相信他们一定会学好英语和历史的。

第9章 社交和情感学习

1986年秋天，琳达和我搬回纽黑文市。琳达到耶鲁律师事务所工作，开始作为职业律师代理儿童遗弃和虐待案件。我回到希尔豪斯高中，该校由纽黑文的一位篮球偶像——塞尔瓦托·韦德拉梅（Salvatore Verderame）担任校长，热情的教育家小约翰·道（John Dow, Jr.）博士则任督学一职。在我回去后的第一个星期，有个学生遭到了枪击，当时我就站在离他几英尺远的地方，目瞪口呆。鲜血飞溅到我的衣服上，这残酷的证据足以证明这座城市的毒品战越来越激化了。现状急需改变，这是不可逃避的。琳达和我都想努力去改变这种状况。然而，不到一个月，她就怀孕了，我们的家庭冒险就此开始了。

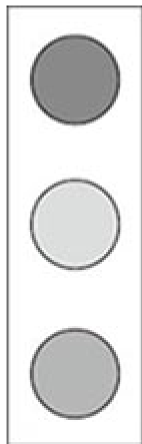
在接下来的几年中，我们的第一个孩子罗斯（Rose）、第二个孩子蒂姆（Tim）、第三个孩子山姆（Sam）、第四个孩子凯瑟琳（Kathleen）、第五个孩子卡洛琳（Caroline）相继出世。我们的家庭生活非常充实和快乐，同时也令人筋疲力尽。塞尔瓦托·韦德拉梅成了我的导师，他给了我很大的空间去尝试寻找一些新途径来降低居高不下的辍学率以及希尔豪斯中学频发的暴力事件。道博士对变革的进度开始显得不耐烦了，开始给塞尔瓦托和希尔豪斯中学的这个工作组施加压力，让他们尽快找到新的解决办法。我因为一些实践理念而回到耶鲁的科默小组，协助创建了一个希尔豪斯“心理健康小组”和一个实地管理小组，让家长和社区领导者们都参与进来。

在工作中，我遇到了一些伟大的教育家，如布里吉特·哈代（Bridget Hardy），卡罗尔·德法尔科（Karol DeFalco），迪伊·斯皮兹–莱恩汉（Dee Speese-Linehan），米奇·卡瓦纳（Mickey Kavanagh），伯特·萨克逊（Burt Saxon）以及盖瑞·海史密斯（Gary Highsmith），他们都是中小学教育方面的革新家。当时，耶鲁大学教授罗杰·韦斯伯格（Roger Weissberg）博士正在设计和主讲一些新的课程，用来给中学生教授解决社交问题的技能，于是我们决定在几个年级的学生中进行尝试。例如，让一年级的学生意识到自己的话语会对同龄人产生什么影响，让他们明白正面表达和负面表达之间的区别，效果非常好。这是我上过的最重要的课程之一。中学生则学会了用自制“压力温度计”来测试自己的情感反应，这样就可以控制冲动性和破坏性的行为。高中生则学会了设定积极正面的目标，确保用非暴力的和治愈型的方式解决人际冲突和团体问题。这也是一项非常好的技能。

当时我们不知道的是，我们是全美第一个试图创建一种综合型方案（我们后来将其命名为“社交和情感学习法”）的地区级别的团队。我和罗杰·韦斯

伯格，塞尔瓦托·韦德拉梅，小约翰·道及其他同事一起创建了一个涵盖全市范围的方案，在整个学校的每个年级中来教授和推广这些技能。这一雄心勃勃的行动的核心就是罗杰的红灯问题解决课程。在多年的研究中，他开发出了一个体系，教孩子们怎样控制他们的情绪以及怎样积极地与他人交流。他开设了一门为期一个月的课程，既适用于孩子，也适用于成人。整个课程体系可以概括为一个信号灯体系：红灯代表在应激情境下冷静下来所需的很多技能以及估量情感和目标所需的很多技能（这些是自我意识的关键因素）；黄灯代表应激情境下解决焦虑和处理混乱情绪的技能以及确定明确的可行性目标的技能（这些是自我激励的关键因素）；绿灯代表的是在积极行动解决问题的同时不会伤害到他人和自己所需的一系列行为（这些是建立积极关系的关键因素）。基础课程结构复杂且极富洞察力，但是“信号灯”使其看起来很简单，因为通过这一标志那些课程被分解成了六个容易记忆的步骤:

当你遇到问题时：



冷静下来，先思考再行动。

说出问题以及你的感受。

设定明确的目标。

思考多种解决办法。

事先考虑结果。

行动，尝试最佳计划。

我观摩过高级教师卡罗尔·德法尔科的课，她教给孩子们的不仅有重要的技能，还有进行内心探索的充满力量的体验。孩子们需要努力去设定积极的目标，在这个过程中他们需要做到宽恕，在其中我还能看到精神教义疗法以及甘地和金的预言式政治信仰的影子。我看到孩子们在慎重思考和反思如何积蓄力量，以便在面对困境时采取有效行动。“社交培养”课程是对情感上的自我认知、关系技能、价值以及灵感的组合。这些课程都非常棒。

我或多或少地把解决问题的框架结构带到了我为希尔豪斯中学的学生们成立的一个课后小组中，该小组名为“年轻人的领导小组”，我将这个项目简化后，有25名高中学生来学习，内容大都集中在问题解决技能和内部的角色扮演上。道格·贝思（Doug Bethea）是一个坦率且充满魅力的高二学生，他想主导讨论并规划短途外出服务、舞会等积极的活动。一次，他对同学拉蒙特·扬（Lamont Young）说：“拉蒙特，上周在餐厅有些家伙羞辱你，你跟他们打了一架。你觉得你在向那些家伙开战之前能够‘冷静下来’吗？”稍微停顿了一下后，道格又说：“你可能没办法‘冷静下来’，但是你应该那样做。”

拉蒙特有着宽厚的肩膀和像运动员一样强壮的身材，脸上总是挂着大大的笑容，很安静也很害羞。对于道格拿他最近跟人打架的事来做例子，拉蒙特表示认可。他喃喃低语道：“下一次我会打电话叫施莱佛给我带一个信号灯到餐厅的。看我的！”他微笑着，好像已经知道下一次遇到麻烦时该怎么做了。

对话就这样进行了下去。我们还讨论了和女朋友的冲突，和父母的冲突，分数，老师，衣服，教堂，等等。这个小组有一个安全的空间让成员们讨论自己的经历以及学校和集体生活中的冲突。“年轻人的领导小组”的活动中心就是解决问题。我很激动，因为这给了我和学生们一个机会敞开心扉，去面对生活中的挑战。

活动就这么进行着，直到有一天平静被打破。一天早上，我到了学校，得到了又一个学生被枪击的噩耗。我问校长塞尔瓦托从警方那里得到了什么消息，他平静地告诉我最新进展：“昨晚，你那个‘年轻人的领导小组’中的一个学生遭到了枪击，他中了7枪，这个孩子叫拉蒙特，你认识他吗？”

我目瞪口呆。“你确定吗？你确定是我那个小组里的拉蒙特·扬吗？”他没有回答。他只是看着我，一脸沉默，这个人了解这个世界多么残酷，他不确定我是否明白这一点。“他们近距离射了他7枪，蒂姆。不过他还活着，但是我不确定情况如何。”

“他还活着？他在哪儿？”

“他在耶鲁纽黑文医院，一旦有什么新消息我会通知你的。”

我跌跌撞撞地走出塞尔瓦托的办公室，我打算一下班就去医院，暗暗祈祷拉蒙特能坚持到那个时候，坚持到我可以跟他道别。这一整天，都有一种似曾相识的感觉笼罩着我：又发生了这样的事情，再次面对同样的心碎、同样的震惊、同样深藏的绝望，这都是我以前曾经历过的。拉蒙特是个有魅力的孩子，这样一个16岁的少年，他只是想在这个世界上找到自己的路。我们彼此了解，但现在拉蒙特快要死了，而我们当中却没有一个人能够保护他免受强大的恶势力的伤害。

下午6点左右，我赶到了耶鲁纽黑文医院，要求探视拉蒙特·扬。我吃惊地发现他没有在重症监护病房，也没有家人来探视。当我走近病房门口时，我看到一个警察在他的门外站岗，这个警察检查了我的证件。我不知道他在这里是为了保护拉蒙特免受再次攻击，还是想通过调查探视者以获得案件线索。

我轻轻地打开门，我看到了令人吃惊的一幕：拉蒙特全身都被包扎起来，一条腿被吊索悬在空中，他整个人被包扎得像根树干，他的胸部包裹着厚厚的绷带，高高隆起，好像胸前垫了个枕头一样；他的头也严严实实地包裹着绷带，只露出眼睛、鼻子和嘴。他眼睛紧闭，一动不动。我走近床边，看到连在他身上的医疗仪器以及输液的管子，听到仪器和监控器发出的声音，它们正对这个遭受了苦痛的身体进行残忍的记录。

“拉蒙特，”我轻声说，“我是施莱佛。发生这样的事情我很难过，我在为你祈祷，还有……”我的声音越来越小。“拉蒙特，我不想让你受累，但是我想让你知道希尔豪斯中学所有的人都在给你打气，我们小组里所有的人都在为你祈祷。”

之后，拉蒙特的眼睛睁开了一点点，我看到他被纱布层层包裹的脸上露出了一丝微笑。我俯身靠近了他，他用尽所有力气低声说：“谢谢你，施莱佛。”然后他又艰难地吸了一口气说：“下一次，我会想办法解决的。”

我轻声说：“你会解决？是你说的吗，拉蒙特？下一次，你会解决？”他没有回答，只是微笑。我泪如泉涌。下一次，拉蒙特，下一次你会好好儿的。

之后，拉蒙特·扬奇迹般地活了下来，现在他在福特汉姆大学读研究生。社交发展项目也坚持进行了下来。我们组织了几百次类似“年轻人的领导小组”组织的课后活动，活动内容涵盖户外教育、早期阅读技巧、大学访问以及艺术。《纽约时报》报道了我们，在《纽约客》记者威廉·菲尼根（William Finnegan）写的一篇关于城市贫困问题的文章中也提到了我

们。丹尼尔·戈尔曼（Daniel Goleman）在他的畅销书《情商》[注]中把我们的工作描述成学校改革的前沿工作中的一个例子。我们和一小群合作者［艾琳·格罗沃尔德（Eileen Growald），丹尼尔·戈尔曼，戴夫·史路特（Dave Sluyter），琳达·兰提尔瑞（Linda Lantieri），以及马克·格林伯格（Mark Greenberg）］一起创造了一个新名词——“社交和情感学习”。在接下来的几年中，对社交和情感学习领域的推进进入了教育改革的主流，这个理念通过改进学生的行为，提升教师满意度以及学生的学习成绩等方式证明了其价值所在。我们和其他教育者共同撰写了第一本书《提升社交和情感学习——教育工作者指导用书》（*Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators*），书中描述了这种学习方式的内容及其影响力。

大概就是在这一个时间段，特奥运动会的有关人员找到了我。和世界各地成千上万的志愿者一样，我一直活跃于纽黑文当地举行的各种赛事项目中。我感到自己内心被唤醒了。

这时，琳达和我遇到了洛蕾塔·克莱伯恩，她有智力方面的缺陷，她也是我的人生偶像。

洛蕾塔·克莱伯恩出生于1953年8月，彼时正当美国历史上的一段黑暗时期，若家里有智障儿会被视为一种耻辱。洛蕾塔说：“我的母亲很严厉，她知道我们也会像她那样面对艰难的生活。她有属于自己的一套规则，比如‘你得比别的孩子努力两倍，因为你的肤色跟他们不一样’，‘出门前必须换上干净衣服’，‘生活是关于选择的，你的选择会决定你的未来’，以及‘要有礼貌，有一天你可能会去白宫吃饭，所以你要比别人更加清楚正确的用餐礼节’。”

洛蕾塔除了智力有障碍外，她还几乎是完全失明的，她的脚也有问题，4岁才会走路。儿时，母亲把她送到了家附近的杰斐逊学校。小洛蕾塔在学校时不得不保护自己。和我的姨母罗斯玛丽一样，她很愤怒，并且挫败感很深。她说：“那时候，我整天和别的孩子打架，然后老师们就把我关到壁橱里，放学后不准回家，然后我还是会去打架。有一次我回答不上来一个问题，老师非常恼火，把我关了一整天。但她不知道，饼干也放在壁橱里，因此我就爬到架子上，吃了个够。这样做简直要让她疯掉了，但是我不在乎。还有比被关在壁橱里更糟糕的事情吗？她这样对我，我又有什么好在乎的。我想至少我会拿到饼干吃。”

一些社会工作者想教她母亲怎样对付这样的“智障”女儿。她的母亲说：“如果上帝认为我应付不了她，就不会把她送到我身边了。”

洛蕾塔的母亲告诉她：“你心中要有信仰，孩子。你心中要有上帝，否则

你在这个世界上将无法生存。”

1965年5月，社会工作者将洛蕾塔送到了宾赫斯特州立医学院，而洛蕾塔的余生就要在这里度过了。这是洛蕾塔人生中第一次离开约克市：“我向车窗外看去，非常激动。”

她们到达后，洛蕾塔发现那里没有孩子。一个男人带她们参观了一圈，然后指着一块空地对面的一幢小屋说，那就是洛蕾塔要住的地方。这座小屋从远处看，非常幽静。但是洛蕾塔的母亲认为这个地方有些不对劲儿，她把洛蕾塔带回了家，告诉那位社会工作者让她想想再做决定。

几周后，社会工作者问道：“你决定要送洛蕾塔去那所学校了吗？”洛蕾塔的母亲看了看她的女儿，然后说：“我决定了，洛蕾塔不去了。我不会把我的家庭搞得四分五裂，我的孩子要和我在一起。”

就这样，洛蕾塔再也没有去过宾赫斯特，而且此后也从未离开过她的母亲。

当洛蕾塔读10年级的时候，学校系统要进行以其他方式取代教室教育的实验，她自此离开了学校，被送到“工厂”去做一些简单的工作，例如切割垫子、给盒子加上盖子以及把薯条和坚果装箱等。这比待在教室里上课的压力要小很多，但是洛蕾塔身上仍然潜藏着很强的攻击性，有时她会在工厂和人打起来。她回忆说：“我讨厌坐公共汽车去上班，所以我开始跑步。我确实喜欢跑步，那大概是我当时唯一喜欢做的事情。当然，他们不让我参加田径队，因为我是智障，但是这不能阻止我跑步。我跑步去上班，只是为了让自己什么都不想。”

一天，工厂的广播系统广播：“洛蕾塔，请到办公室来一趟。”洛蕾塔以为自己惹麻烦了。

当她到了办公室后，李先生亲切地问她：“你好吗，洛蕾塔？”

洛蕾塔不知所措，她耸耸肩，然后问道：“我做错了什么呢？”

李先生递给她一张纸，当时她还是半个文盲，没有老师教过她阅读。他说：“带回家去给你妈妈。”她的母亲读完这张神秘的纸片之后，她含含糊糊地说洛蕾塔可以学习打鼓和田径项目。

实际上，李先生见过洛蕾塔跑步上班，因此当他听说约克市要启动一个由“智障”儿童参加的新运动项目时，他想到了洛蕾塔，李先生决定尝试让她朝这方面发展。

“于是我开始练习跑步，母亲对我说：‘洛蕾塔，你绝不能放弃。’每个周六，她都让我去跑步。”

洛蕾塔当时不知道，她妈妈强迫她进行跑步练习是为了让她参加特殊奥运会。几个月后，李先生告诉洛蕾塔可以去参加“比赛”了。他说：“如果你努力，跑步会把你带到很多地方。”洛蕾塔在接下来的几次练习中表现很好，1971年的春天她受邀去中央中学参加特奥运动会，这是她第一次参加特奥运动会。

“那天阳光灿烂。在开幕式上，有人演讲，还有乐队演奏。他们给了我一件白色的T恤衫，上面写着‘特殊奥运会’，我穿着这件T恤，感到很骄傲！我去参加立定跳远，然后是50码跑——当时我们用“码”而不是“米”做长度单位。之后我又跑了300码跑。我得到了一条绶带，我很喜欢这条绶带。我对当时的情景到现在还记得很清楚，好像是刚刚发生过的一样。”在她的生命中，她第一次听到人们为她欢呼，她很开心。那天，洛蕾塔心中有什么东西改变了。“就在中央中学，我有了归属感。当时我就知道，我在做自己喜欢的事情。在特奥运动会上，我找了归属感。”

几周后，同样的事情再次发生。李先生向工厂里的学生们宣布，他们将受邀去参加另一场特奥运动会比赛。这次是一个为期两天的比赛，他们要在那里住一个晚上。

洛蕾塔说：“我不去，我没有钱。”李先生说：“这是免费的，洛蕾塔，只要你的妈妈允许你去韦斯切斯特参加比赛就行。”

母亲同意了，洛蕾塔十分激动。她马上就开始收拾行李，其实此时离比赛还有差不多一个月的时间。“我要自己出门了，我以前从来没有自己出过门。这太让人激动了！当我到达宿舍时，已经有一个人在了，她非常友善，我们吃了糖果。第二天，我们起床去参加开幕式，有几千人冲我们欢呼。没有人叫我‘笨蛋’或‘弱智’了。”

特奥运动会的志愿者在洛蕾塔身上看到的是一个运动员的样子，而不是一个智障孩子。洛蕾塔全身心投入比赛，她赢了，并得到了人生中的第一块奖牌。回家后，她告诉妈妈：“距下一届特奥运动会还有362天，我已经等不及了。”

在之后的20年里，洛蕾塔再也没有停止过跑步。她得了好几十块奖牌。在1978年，她参加了哈里斯堡的马拉松比赛，跑出了3小时35分的成绩——比她的教练鲍勃·霍利斯（Bob Hollis）的成绩还好。李先生曾告诉她，跑步能带她去很多地方，跑步确实没有让她失望。几个月后，她参加了当地的另一个马拉松比赛，然后是在华盛顿举行的海军陆战队特奥运动会上的

5 000米比赛，之后参加了在波士顿举行的马拉松年度比赛。她不仅有资格参加波士顿马拉松比赛，还跻身世界女马拉松选手前100名。她正在成为一个世界级的跑步运动员和特奥运动会上的一颗超级巨星。

一位特奥组织负责人让她给志愿者和捐赠者们讲几句话。她记得自己是这样说的："我是一名运动员，我很骄傲。我跑了一场马拉松，这就是特奥运动会对我的意义。几年前，我参加了第一场比赛，我看到人们都很喜欢我，没有人辱骂我，也没有人取笑我，所有喜欢我的人和想帮助我的人都在那里。我获得了第一枚奖牌，那是我一生中最快乐的时刻。我可以肯定地告诉你，这是发生在我身上的最好的事情。谢谢。"

之后，洛蕾塔·克莱伯恩又参加了27次马拉松比赛。1982年，她成为第一位加入宾夕法尼亚特奥运动会理事会的运动员。在第一次即兴小演讲之后，她又去世界各地进行演讲。2012年，她受邀做了主题为"无所畏惧与智力残障"的TED（美国一家私有非营利机构，以其组织的TED大会著称）演讲。好莱坞拍摄了一部关于她的生活的电影——《洛蕾塔·克莱伯恩的故事》（*The Loretta Claiborne Story*），并在世界各地的电视上放映。

1995年，康涅狄格州的传奇州长洛厄尔·韦克（Lowell Weicker）决定在该州主办世界特奥运动会，并在我的第二故乡纽黑文举行了特奥运动会历史上规模最大的表演，这时洛蕾塔进入了我的世界。大约在同一时期，我在纽黑文公立学校的工作开始告急。小约翰·道因为多年来对政治体制的对抗而离开了纽黑文，而我领导的社会发展部则刚刚因为道而小有名气，他离开后，打击接踵而来。几个月后，罗杰·韦斯伯格受聘为芝加哥伊利诺伊大学的终身教授，他也离开了。我们为预防性社交发展培训而筹集的资金被转走了，转眼间，我们的工作在校区不再是最重要的了。没有人过问我们的成果，但是越来越多的人开始质疑我们是否有能力维持一种变革的水准，使社交和情感学习坚持下去。我在纽黑文公立学校学到的最后一课是最令人痛苦的：政治安排会影响孩子们的利益。

于是，我辞去了社交发展管理者的工作去读博士，并得到了批准。同时，州长让我把精力投入1995年将召开的世界特奥运动会上。我想，花一年的时间全职为特殊奥运会工作很有意义，琳达也同意了，而之后我再也没放下这份工作。

---

1. 《情商》一书已由中信出版社于2010年出版。——编者注

第10章 洛蕾塔

到20世纪90年代中期，特殊奥林匹克运动会的宣传已遍及全球，并且吸引了全世界将近100万名运动员。举办世界特殊奥林匹克运动会与几十年前在芝加哥举行活动的性质全然不同，这已是一项重大的赛事。

1993年秋天，我离开了位于希尔豪斯高中职业教育部的办公室，就任1995年世界特殊奥林匹克运动会的组委会主席。彼得·惠勒（Peter Wheeler），这位卓越的社会企业家以及康涅狄格州特奥组织的首席执行官承担起了执行董事的职务。几周之内，在第一批来帮忙的志愿者中，洛蕾塔·克莱伯恩也在其中。

我重新回到了那个满是大型活动、令人高度紧张的世界里。我在位于纽黑文公立校区中心地带的那个小学校里断断续续地工作了13年。很长时间以来，我工作与生活的重心一直在纽黑文的孩子们、宗教和心理学界的学者们以及琳达和我的孩子们的身上，这已经超出了我们“家族事业”的范围。

突然间，我成为特奥组织的重要人物，并筹集了340万美元，为成千上万的观众呈现这场盛会，这场盛会预计还会有美国总统参加。这次，特奥运动会的参赛国家有一百多个，总共有6 000多名运动员参赛。从各方面来看，赛会的规模都不一样了。

洛蕾塔竭尽全力指导我渡过难关。每周，她都从宾夕法尼亚州的约克市坐汽车来到位于纽黑文的组织办公室做志愿工作，帮忙整理信件、接听电话、为全市每周进行的上百场志愿者面试安排日程。

一天，当我们准备首次接待韦克州长时，她碰巧在收发室干活。当时，虽说离比赛尚有18个月，但是考虑到所有要做的工作，时间依旧很紧张。州长将向全体工作人员和领导层做工作指示，并查看我们的进展。韦克是一位政治上的独立人士，以其近乎霸道的作风而闻名。在康涅狄格州，人们称他为“大熊”。那一天，我已经慌乱得一塌糊涂，催促每个人把报告准备好，嘱咐他们汇报时要精简明了。

在州长到达的前一个小时，我坐立不安，在所有办公室之间踱来踱去。我来到一间办公室说：“山姆，你能清理一下你的桌子吗？”又到另一间办公室说：“彼得，你有所有场馆的平面图吗？”当我来到收发室时，我看到文件和信件散落一地。

“谁能把这烂摊子收拾一下？”我火冒三丈地说道，“我已经说了一个星期了，州长今天就要来，可是这个地方看起来就像是灾祸现场。”

当我怒气冲冲地走出收发室时，洛蕾塔轻声说道：“你知道吗，州长跟你一样，早上也会穿上裤子才出门的。”

“我知道！”我大声说道，“我知道州长会穿上裤子，就像……”我当即停了下来，“你刚才说什么？”

“我知道州长要来，蒂姆，但他也是个普通人。这就是我刚才所说的话。”

当写下这些文字的时候，我不得不尴尬地承认，我以为州长不是一个普通人。在我的家庭中，政治就是一切，我一直在这样的氛围里成长。我们将很多时间和精力用于关注那些有着闪耀头衔的人和他们辉煌的政治成就。对于洛蕾塔来说，由于我们都惧怕权势，甘心任其支配，因此我们才会对权威人物心生恐惧。只有她对此理解得如此透彻，能够一针见血地指出：“州长跟你一样，早上也会穿上裤子才出门。”

洛蕾塔曾多次指导我应当不偏不倚地看待事情，看到每个人的闪光点。在州长来访的几周之后，我接到了来自耶鲁校友会的电话，他们让我为在纽黑文举办的年度集会推选一位发言人。由于耶鲁是举办这次特奥运动会的主办方中的领头学校，校友们想要更多地了解特奥运动会这项活动，并设法提供帮助。校友会中有来自政界、商界以及法律、医学、艺术等领域的知名人物。

我们选择了洛蕾塔作为演讲嘉宾。集会在耶鲁著名的宴会厅里举行。洛蕾塔以她的人生经历开始了演讲，并与大家分享了跑步的乐趣以及在特奥运动会这片天地下发现自我的乐趣。她谈到了曾经被辱骂和欺凌的感受，她谈到了找到归属感的经历，她谈到了如何拥有平静快乐的内心。

“我记得为1991年的特奥运动会做准备时，我们的教练说，我们会住在宿舍里，会参观密西西比河沿岸的著名景点，会与世界级的特奥运动员竞争。在我们的世界里，我们会友善地对待每个人，我们告诉每个运动员，他们都能成为胜利者。在我们的世界里，没有失败者。这就是我喜欢的世界。在我看来，上帝是我的精神支柱，而特奥运动会是我的快乐源泉，这两者是我的依靠。那么，走入我的世界吧。在我的世界里，我们没有敌人；在我的世界里，我们不去关注任何一个人的弱项。我们会给每个人展示自己能力的机会。这就是我们的世界本来的样子。因为只有这样，每个人才有机会参与其中，也没有人会遭到拒绝、冷落或排挤。那么，当特奥运动会7月在纽黑文举行时，我希望你们都能走进我们的世界。我相信，赛事一定会非常激烈、非常有趣！没有比这更精彩的了！”

我惊呆了。耶鲁校友会的那些知名人士想必也惊呆了。大家都对洛蕾塔投以羡慕与钦佩的目光。这件事使我更加深刻地意识到，我们根本不要想着

走入权势的世界，而是要去创造一个海纳百川的世界。

在接下来的几个月里，洛蕾塔成为纽黑文的一位颇受欢迎的演讲者。当地的志愿者组织、民间俱乐部和大学学院都邀请她就即将到来的比赛进行指导。无论她走到哪里，她都是万众瞩目的焦点。她谦逊地对待每一次演讲的机会，从来都不过分修饰她的发型，总是穿着得体，落落大方。我见证了她做了几十场脱稿演讲，每次，观众都会长时间地起立为她鼓掌。

洛蕾塔很快就成为特奥运动会的形象大使，并广受人们的喜爱。当时，耶鲁大学正在举办特奥运动会，并全力投入其中。我想，这所大学能否授予洛蕾塔一个荣誉学位或是邀请她在毕业典礼上做演讲呢？美国大学能否为智障人士授予荣誉学位呢？因此，我给我的朋友、耶鲁大学儿童研究中心的主任以及耶鲁公司的顾问唐纳德·科恩打了电话。

“我认为，耶鲁大学应该为洛蕾塔·克莱伯恩具有创举性的成就授予她荣誉学位，”我为她辩护道，“她是历史上第一位世界级的智障运动员，第一位智障但颇具影响力、以身作则的倡导者，第一位智障、引人注目而又极具感染力的演讲者。她正在点燃人们对新领域的热情，唐纳德。她正是耶鲁想要宣传的那种人！你觉得呢？”

在电话的另一端，唐纳德沉默了片刻，他正在想方设法表现得和善一些。

“这个想法真棒。不管怎么说，能够帮助洛蕾塔那真是太好了，也许我们能在特奥运动会上为她做些什么……”

“不，我的意思不是我们为洛蕾塔‘做些什么’，我是在说耶鲁大学能否为洛蕾塔做些什么，将她看作自强不息的范本。”

“好的，我明白了，但是蒂姆，我们得现实一点儿，这是耶鲁大学啊。耶鲁大学是不会做这样的事情的。我真的认为这是个极好的想法，但是恕我直言，这是不可能的，这不符合耶鲁大学的作风。”

最终，位于康涅狄格州汉姆登的奎尼皮亚克大学认可了洛蕾塔的杰出成就。当时，奎尼皮亚克大学正作为一所美国领先的小型高等教育机构而崭露头角，对于这样的学校来说，他们欢迎洛蕾塔·克莱伯恩在毕业典礼上做演讲，并授予她荣誉人文学博士学位。我们一家人都受邀参加了毕业典礼。

那一天，阳光明媚，万里无云。伴随着《威风凛凛进行曲》，毕业生们身披荣誉绶带列队走入典礼现场，脸上洋溢着带有青春气息的微笑。之后，约翰·莱西（John Lahey）校长起身致闭幕词。他身穿华丽的服饰，走向讲

台，邀请洛蕾塔走上讲台："我们通常不会邀请荣誉学位获得者在毫无准备的情况下发言，但尽管如此，我还是要冒一次险。洛蕾塔，你愿意来宣布毕业典礼结束吗？"

洛蕾塔迟疑了一下，起身走上讲台说："同学们、老师们、家长们，以及朋友们，我很荣幸来到这里……这对于我来说是一个纪念日。今天，我站在这里，站在你们这些学生们中间，我可以很自豪地说，我很了不起！尽管对于我来说上大学有些晚了，但是今天，当我听到一个智力上有缺陷的人进入高等学府，进而当了助理护士时，我感到骄傲。在20世纪60年代，我是不可能进入大学的。但今天，我们做到了，因为我们已经放下了偏见。如果你也能改变他人的人生，那么你就是成功者。祝你们好运，上帝保佑你们，谢谢。"

台下的观众起身献给了她雷鸣般的掌声。"我很了不起"这句话听起来绝没有那么简单。我之前也听到过这样的话，但是听到洛蕾塔说出这句话，我才深切地感受到了这句话的含义。我知道，我眼前的这个人是我的新楷模，我也知道，关于如何践行这话，她还将教给我许多。

几周之后，1995年世界特殊奥林匹克运动会开幕了。康涅狄格州的城镇都开展了有史以来的首次"城镇接待计划"项目，接待了参赛的各国特奥代表团。史蒂夫·珀尔曼（Steve Perlman）和保罗·伯曼（Paul Berman）这两名医生首创了健康筛查中心，并发起全球性的特奥倡议，旨在终结卫生保健机构对智障人士的歧视，提高人们对智障人士的关爱意识。我们举办了座谈会，从宗教、法律以及心理这几个方面探究智障患者的生活，其中一位发言人是神学家亨利·努文（Henri Nouwen）。这一届特奥运动会被冠以"包容特奥运动会"的别称，这预示着人们越来越包容与尊敬智障人士。康涅狄格州和纽黑文市的人们都沉浸在兴奋之中。美国总统宣布了特奥运动会开幕，在比赛期间，总统的几个内阁官员也来到现场观赛。这简直太激动人心了！

当特奥运动会结束后，洛蕾塔提起了一个我和琳达都未预料到的话题："你们为什么不搬到华盛顿，接手特奥运动会呢？"

"不，我们不能。"我们很直接地回答。我们在纽黑文过得很幸福。孩子们也都在那边上学。特奥运动会的相关工作完成之后，我也准备重回学校执教。

"你应该回到特奥组织工作，"洛蕾塔直截了当地说，"我认为那才是属于你的地方。"

在我的职业目标中，我最不愿意做的事就是在华盛顿的一间办公室里接替

我父母的工作，全天为特奥组织工作。每当洛蕾塔提到国际特奥会总部办公室的未来时，我都会一笑而过，转移话题。

同时，我和琳达都知道，洛蕾塔提出的这个建议很重要。她知道如何不偏不倚地看待事物；她知道如何放下功利去生活；她知道如何抓住机会，扭转乾坤，并接受挑战。她是一个我正在努力成为的人——关注人际间的关爱，关爱每一个人。

之后，美国娱乐与体育电视台（ESPN）决定授予洛蕾塔“阿瑟·阿什勇者奖”（Arthur Ashe Courage Award），这是该电视台颁发的最高奖项，授予那些在超越体育之外的领域内做出杰出贡献的个人。在举行年度卓越体育表现奖（ESPY）颁奖典礼的那天晚上，我和琳达作为观众来到纽约的无线电城音乐大厅。我的母亲也赶到了那里。我们都是洛蕾塔的粉丝团成员。我们激动地来到了剧院，穿过棒球名人堂，其中有乔·摩根（Joe Morgan）、网球巨星维纳斯和赛琳娜·威廉姆斯（Venus and Serena Williams）以及足球传奇人物乔·蒙塔纳（Joe Montana）和詹姆斯·布朗（James Brown）。坐在洛蕾塔身边的是阿瑟的遗孀珍妮·墨脱萨米·阿什（Jeanne Moutoussamy Ashe），她是一名成功的摄影师。

好莱坞影星丹泽尔·华盛顿（Denzel Washington）是阿瑟·阿什奖的一名神秘颁奖嘉宾，他讲到了阿瑟在一生中如何勇敢地面对种族歧视，以及因患艾滋病而带来的污名。“渴望、力量、决心——在体育的世界里，人们太过频繁地用这些词语来描述一场重大的比赛、一个关键的时刻、一场反败为胜的比赛。但是，只有阿瑟·阿什才能真正理解这些词语的含义。在洛蕾塔·克莱伯恩每一天的生活中，她都持之以恒地践行着这种精神。”之后，他用一段短片介绍了洛蕾塔，短片记述了她如何走入特奥运动会的世界，成为一名赛跑运动员、一名杰出的马拉松运动员，并教导身边的人要包容和友善。短片结束时，丹泽尔·华盛顿为洛蕾塔·克莱伯恩颁发了奖杯。

洛蕾塔从幕后走上了这个巨大的舞台。观众们为她鼓掌表示祝贺，在致辞中，她感谢了上帝，她感谢了她的老师韦弗女士和她的母亲，她感谢了特奥运动会和我的母亲。然后，她言简意赅地结束了获奖感言：“如果我能够拿着这个奖杯，把它分成无数片，我会将每一片分给每一位特奥运动员。谢谢。”

第11章 艰难时世

“也许我们应该搬到华盛顿”，琳达有一天说，她想要改变我们的生活。

当我们全盘考虑这件事情时，我们能想到的任何情况都在告诉我们，不要离开。我们喜欢纽黑文。我们的孩子在那里出生；我们的朋友都住在那里。我所教过的学生几乎遍布在这个城市的每一个社区，我去哪里都有笑脸相迎。我的导师在那里，我们的教会在那里，我们的根也在那里。但是，我们必须离开。于是，我们决定搬家。

1996年春，我们告诉大家，我们要动身去华盛顿，全职为特奥运动会工作的事情。大多数人得知我要为特奥运动会工作时都说“很好”，这个“好”字出现了一遍又一遍。

很多人认为这份工作是轻松的——这种误解的根源在于人们对智障人士缺乏了解。就像小孩子遇到可怕的事情一样，他会闭上眼睛，以为这些事情能够就此消失，许多人也是直接闭上了眼睛，不愿直视这些智障人士。如果我们听到邻居家有智障儿诞生的消息，大多数人可能会对这一消息感到不适或悲伤：“我很抱歉听到这件事。”有些人甚至会质疑：“他们没有做产前检查吗？”

开始为特奥组织工作后，我发现，世界并未像我想象的那样发生很多变化，不公、野蛮、冷漠和不容忍仍然普遍存在。但我也发现了一个不屈不挠的力量之源：许多运动员的父母已经找到让爱停留的方式。他们在为建立一个更具包容性和公正性的社会而战。

想象一下，一个母亲期待着她的第一个孩子。她和她周围的人都充满了期待。是男孩还是女孩？他会是瘦小的还是胖嘟嘟的？她的眼睛是棕色的还是蓝色的？他的皮肤是黑还是白？他会健康吗？她会健康吗？无论这个婴儿出生在何地，一个小村庄或一个大城市，家里或是医院，他们问的第一个问题几乎总是一样的：“宝宝好吗？”

1985年10月4日，特奥运动员埃里克的母亲罗萨里奥·马林听到了每对新父母都会揪心的答案：“我很遗憾，罗萨里奥，你的孩子不太好，他患有唐氏综合征。”这是她一生中毁灭性的时刻。前一分钟，她还在梦想着喂养她的新生儿，教他走路，同他一起玩游戏，并为他的成长而骄傲。此时，她身心疲惫，像一个溺水的人。小婴儿埃里克在重症监护室里。他的生命危在旦夕。他不好，他的未来也不好，而这位母亲也将面临无数困难。

罗萨里奥告诉我接下来发生的事情。“我还记得那种感觉，就像世界末日

一样，我感觉到孤独和恐惧。我躺在床上，一直哭。然后，我向上帝祈祷，我祈祷这个孩子死掉。我无法摆脱这一念头，我祈祷上帝将带走这个孩子。”

我们生活在一个高墙密布的世界，这些墙帮助我们将不需要的东西隔离出去。“不正常”或“残障的”孩子——所有这些都是我们想要隔离出去的。这些孩子的存在像是一个问号：“你能面对未来吗？你能接受这样一个现实，你的孩子是不完美的吗？”

显然，对每位特奥运动员的父母来说，这些问题都是直接、真实且让人痛苦的。特奥运动会所带来的一个重要的礼物是，它为这些生活在这样相同或类似场景中的父母创造了一个交流的社区，让他们交流如何走出这一困境。

一位来自中国上海的父亲郑先生同我实时分享了他内心的挣扎。一天早上，我来到公室，打开邮箱，看到了郑先生的邮件。

> 我需要您的帮助。
>
> 我的女儿于今年8月22日出生，我发现她比其他婴儿要小，而且喂食困难。经检查确诊，她患有唐氏综合征。这是一个多么残酷的世界！
>
> 你知道，人的生命很是脆弱的，而人们对待唐氏综合征的态度又是那么残忍，这也是患有该病的新生儿死亡率如此之高的原因。人们建议我们让这个孩子早点儿离开这个世界，好让我们以后的生活不至于变得那么悲惨。但我还是不想放弃。
>
> 您是否可以伸手帮助我们，给我一些建议，该如何治愈我可怜的孩子，她有着纯洁的灵魂。
>
> 我想要尝试治愈她，而不是借由我的手让她死去。
>
> 您是否能够尽快回复我，我不知道自己还能承受这种压力多久。
>
> 拜托了。
>
> 非常感谢。

我不能“消化”这些词句的意思。我再次阅读了这封邮件。这些文字和意义并没有任何变化——“悲惨世界，铁石心肠。人们建议我们弄死孩子。我

不想放弃。可怜的孩子，可怜的孩子，可怜的孩子。这么纯洁，这么纯洁，这么纯洁。我想要试着治愈她，而不是亲手杀了她。亲手杀了她，亲手杀了她。我不知道我还能承受这些压力多久，拜托，拜托，拜托。”

我相信所有的祈祷均是这两种表达方式之一：“请”和“谢谢”。我相信祈祷不仅仅是一位宗教人士在教堂的告白，或是孩子睡前的朗读，它也是灵魂的一种无言的痛楚，用那种以“请”开始、以平和的“谢谢”结束的方式寻求神的存在。在祷文中，“请”不是对事物而是对爱的渴望。有时候，我们需要一个彼此急需的答案。

我回信说：

> 我是蒂姆·施莱佛。我已收到您的邮件，特奥组织将为您提供帮助。我们的目标是要改变您所面临的现状。您将面临更为直接的挑战，请相信我们会尽一切可能来帮助您。
>
> 我们将立即与您联系。我坚信您的孩子将会平安成长，我们将尽己所能使这一信念成真。
>
> 我谨代表全体特奥组织成员，祝贺您女儿的诞生。我相信她是你人生中美好的礼物，我相信多年以后您会为她感到骄傲。

郑先生立即回复了我的邮件。

> 尊敬的蒂姆·施莱佛，
>
> 感谢您在我生命中最困难的时刻所提供的帮助。
>
> 请原谅我，我不怎么会用英文表达。
>
> 不管未来发生什么，我永远不会忘记您的帮助。

就在这一天，国际特奥会的东亚地区主席容德根（Dicken Yung）博士与他的妻子美玲正好在上海。美玲也是一位拥有30年特奥会经验的志愿者。他们乘车与郑先生及他的妻子和女儿见面。在第一封邮件中，容德根立即注意到，这个孩子甚至还没有名字，这是一个明确的信号——她的父母还没有接受她，将她视为自己的孩子。当容德根及美玲到达后，他们所做的第一件事情就是为郑先生和他的妻子预订了一个房间，然后由容德根和美

玲陪着他们的孩子，让孩子的父母休息一下。这一简单之举让郑氏夫妇知道他们并不孤单，而且永远也不会孤单。

两天后，郑先生和他的妻子给自己的宝贝起名为“珍珠”。从此，珍珠和她的父母作为真正的一家人开始了他们的生活。郑先生在9月2日写信给我，他仿佛重获新生：“我遇见了容德根和他的妻子，我们在一起很开心……我将用尽一切努力抚养孩子长大，现在没有什么能阻止我了。”他把孩子的照片附在邮件中，我把这一照片转发给了办公室的每位同事。这一切看起来似乎都很不可思议，但改变确实发生了。

我知道很多人不承认奇迹，认为它们只是想象力过于活跃或在一种固执妄想作用下的结果。但奇迹可以作为对理解世界方式的一种整体解析。奇迹，是心中有爱的一种体验，是我们以无穷无尽的喜悦观察这一世界的体验，但也超越了这个时代。郑先生和他的女儿，对我、容德根及美玲而言就是奇迹。

当代的神秘主义者让·瓦尼埃（Jean Vanier）是实实在在存在的，他是能联系内心奇迹般变化的媒介。瓦尼埃于1928年出生于瑞士日内瓦，他的父亲是职业外交官，曾任加拿大第19任总督。从某种程度上来说，让是神童，他在13岁时进入英国皇家海军学院学习。第二次世界大战期间他曾作为军官服役，但在1950年，他辞去了这一职务，去寻找他的信仰。他以学生的身份进入巴黎的天主教大学学习。在那里，他遇到了他一生的导师托马斯·菲利普（Thomas Philippe）神父，一位多米尼克神父，他不仅教授学生形而上学，而且为穷人祈祷并为他们提供服务。跟着托马斯牧师，瓦尼埃研究了古老风俗和经院哲学中的几位思想最为复杂的哲学大师，诸如亚里士多德和托马斯·阿奎那。这些哲学家的思想为他带来极大挑战，使他能够深入追寻生命的意义，并进行批判和准确的思考。他完成自己的博士论文，题为“幸福：亚里士多德式道德的原则和目的”，然后他回到家乡，在加拿大成为一名终身教授。

但瓦尼埃不久之后便返回法国探望托马斯神父，托马斯神父此时在一个为残障人士而设的机构工作。有一次，瓦尼埃走访了附近的精神病医院，为他们提供支持并照顾病人。在那里，他遇到了两个改变他一生的男人：残障人士拉斐尔·西米（Raphael Simi）和菲利普·西克斯（Philippe Seax）。“他们处于绝望之中”，他后来说。他们想要出去——想要离开医院这个监狱，但离开后他们就会被驱逐。他们要求瓦尼埃带着他们。瓦尼埃不忍心拒绝，于是在这个机构附近买了一座小房子。这个小地方被他用法语称作“方舟”。他邀请拉斐尔和菲利普跟他一起来居住。在这样一座小房子里，一个在今天影响到全球40个国家、145个社区的国际组织就此勃兴。

“我的目标很简单，就是接纳这些人，帮助他们减轻痛苦。”瓦尼埃说。“我想和他们一起生活，我选择同他们住在一起。我们的愿景就传递了这样一个非常简单的信息。如此多的残障人士被羞辱，他们每天生活在痛苦和孤独中。我们的愿景与众不同，我们欢迎你来到‘方舟’。我们要传达的信息是，你比你想象中的还要美丽。”

有一次，我有幸聆听到了瓦尼埃反思人与神之间神秘关系的演讲。听众是社区的成员，既有残障人士也有非残障人士，他们选择住在一起，建立起相互关系并一起成长。在特鲁斯里村庄的这个小小的石头教堂里，瓦尼埃讲述着脆弱的神秘力量以期我们认识到神的存在：

> 在《圣经》中，我们知道人类的生命都是脆弱的。要与脆弱的人类建立关联，就是要求我们看到上帝也是脆弱的。我们不禁要问：“我们从神的脆弱性中能够学习到什么？”
>
> 首先，脆弱性表明，神最有力的话语是充满柔情的，且不存在任何侵略性。“我爱你”，这是神的深层含义。“你们怕什么？怕不能成功吗？怕被拒绝或是怕在这样一个封闭的世界中迷失自我？怕信心不足或是被遗忘？”
>
> 这是残障人士的切身体验。在我们的想象中，我们可以将有残障的孩子视为陌生人，将他们看作不适合我们这个世界的人。
>
> 但我们听到先知充满爱的声音：“我已经叫出了你的名字，你与我同在。”这声音是爱的奇迹：“不要害怕，你与我同在。你越过河流，穿过火焰，面对危险，都将毫发无伤。不要害怕，我爱你。”
>
> 这就是我们同小婴儿相遇时会发生的一切。婴儿是脆弱的、陌生的、温柔的。我们的相遇，我们让自己恣意地被这些赐予所感动，我们随之而变，我们被感化，我们沉浸在爱中。这个孩子碰触到了我们的伤处，然后去改变这些伤处。一旦你听到这个声音，一旦你有了这份体验，你将拥有爱的能力，你仿佛听到以赛亚在说：“你曾哀悼，你曾欢欣。现在，开心吧，快乐吧！我会照顾你，并且让平静流动，流动，流动。”

我以这样长的篇幅来引述瓦尼埃的故事，是因为我不知道谁曾如此深入到这份因与残障的恐惧和陌生感邂逅而产生的神秘中，并且将其阐述得如此清晰。瓦尼埃的声音告诉我们，当智障孩子的父母试着去面对他们的孩子时，他们自己也曾经迷失。但现在一切都变了，他们被改变，重新找到了

自己。

罗萨里奥·马林，曾向上帝祈求带走她患有唐氏综合征的孩子，如今却带着儿子回到家。半年后，有一次孩子再次发高烧。这一次，她为这个濒临死亡的孩子祈祷，从灵魂深处呼唤上帝：“亲爱的上帝，让我的孩子活下来吧。”

在一次我拜访了一个为智障人士而设立的小机构。它位于南非，在开普敦附近，有近50名重度残疾的成年人被安置在此。在那里，我向全世界上百位最具天赋的音乐家致以谢意，他们通过销售圣诞音乐专辑为特奥运动会筹集了将近1亿美元。在我弟弟鲍比以及由吉米和薇琪·艾欧文（Jimmy and Vicki Iovine）所组成的传奇音乐组合的引导下，史提夫·汪达（Stevie Wonder）、邦乔维乐队（Jon Bon Jovi）、史蒂薇·妮克丝（Stevie Nicks）和B·B·金（B. B. King）等也拿出他们的唱片收益支持特奥运动会。

来自康涅狄格州的同事彼得·惠勒加入了我们这个全球团队，来到南非帮助我们。对这个机构，他称它为“庇护所”。他向这些居民介绍了特奥运动会的“活动发展纲要”。

我看到一群居民在扔沙包，踢充气的球，我坐在了一个小伙子旁边，他在那里只是观看，并没有参与。他的残障非常严重，以至于这些基本的运动对他来说都过于激烈。他坐在轮椅上，头靠在一个枕垫上休息，这垫子是用来保护他的脖子和肩膀的。他的双手紧贴着身体，无法移动。他的头微微靠在一边，嘴巴张着，眼睛直视前方。就在我们眼前进行的这些比赛让人们的激情日益增长，这些运动员不时发出欢呼声。

这个小伙子坐在我旁边没动，而在他旁边的女人则一边按摩他肩上和颈上萎缩的肌肉，一边观看着比赛。我心想，这一定是他的母亲。

“我是蒂姆·施莱佛，很高兴在这里见到你。”

“很高兴见到你，施莱佛先生。”她说话时带有一种南非的腔调，轻快美丽。

“这是你的儿子吗？”

“是的，这是丹尼尔。”

“很高兴见到你，丹尼尔。”我伸出手来，触碰了他一动不动的手。“谢谢你邀请我们所有人来到这里。”

当然，丹尼尔没有回应。我转过身来开始同他的母亲交谈。

“我想知道南非的情况是怎样的。特奥组织希望能促进更多改变。你和丹尼尔现在过得怎么样？”

“一切都好，谢谢。”她的回答很干脆。

“那太好了，但我认为，我们有机会为残障人士做更多的事情。在您看来，他们还可以做些什么不同的事情呢？”

“一切都很好，谢谢，施莱佛先生。”她又说了一遍。

“嗯，我调查了这里的情况，我了解到学校没有足够的资源提供给有特殊需要儿童。即使是对这个机构来说，也可以使用一些更好的设施。我知道您在养育丹尼尔的过程中一定经历了很多挑战，您能与我分享一些您的经历吗？”

“谢谢你，施莱佛先生。不过，丹尼尔和我都很好。”

“很好？是不是还可以做一些事情让情况更好？”

她转身面向我：“你知道，施莱佛先生，丹尼尔和我都很好。也许你不明白，丹尼尔教给我的东西是大多数父母永远也学不到的，丹尼尔教会我无条件地去爱。每一天，我都很感恩。我相信还有很多事情需要改变，但对于丹尼尔和我来说，我们都很好。”

我之前好像从未听过她在那天所说的话，大多数父母永远学不会无条件地去爱。我想知道，我是否无条件地爱着我的孩子们呢？爱是无条件的，我意识到，否则那就不是爱。

我再次问自己：我是不是能够无条件地去爱呢？丹尼尔和他的母亲让我明白，无条件的爱不是一个你能够找到的东西，它是天赐的礼物，在给予及获得上是同等的。

中国的郑先生会不时地送我小珍珠的照片，我也会和同事分享这些照片。珍珠成为我们想要在中国乃至全世界打造的鲜活榜样：她是从绝望到希望的体验，她代表了尽管身心面临挑战但却依然存在的幸福，她是无条件的爱。珍珠快两岁时，我安排了一次同她家人的会面，我们合影留念。那时，珍珠已经很强壮了，她能够抓着桌子的一边站起来。她很可爱。

这两年对珍珠及她的父母而言都不容易。像大多数患有唐氏综合征的孩子一样，珍珠一诞生就已经有严重的心脏缺陷，她没有左肺动脉，而且她的

心脏上有一个洞，还有其他一些危险性的先天畸形。珍珠经常住院，照顾她就是一场战争，而她的小生命似乎总是处于危险之中。

“坦白地说，照顾珍珠经常让我们感到疲惫不堪……”郑先生写信给我，“我们睡不好觉，珍珠总是在午夜哭泣，我们不得不辞职来照顾她。她的身体状况是如此糟糕，而医药费又是如此之高……”

“很多次我们都想放弃，我们太累了。然而，只要看到她的笑容，所有的痛苦就会消失。由于我的英语很差，我不知道该怎么描述这种感觉，我知道，这就是所谓的爱，我觉得这可能也是特奥运动会真正的核心。”

2005年，小珍珠因心脏手术失败而去世。她只有三岁，但她的离开让我们陷入了悲伤。我们都在为这个孩子哭泣，之后，我们将珍珠的照片发布在我们的国际网站上。

“愿上帝保佑您和您的家人，以及小珍珠。”郑先生发了他的最后一封邮件给我。那天，我把小珍珠的一张照片放在了办公室的一个带有银色边框的相框中。我不知道是什么力量，让我们如此接近她的生命。在照片中，小珍珠被温暖的衣服紧紧包裹着，她还戴着一顶帽子，她的眼睛仿佛在告诉我：停止无休止的忙碌，同她在一起。珍珠是一位老师，她教会了我们如何从内心深处去爱。

第12章 快乐无尽

智障人士的父母和朋友常说，同他们在一起会获得更多的乐趣和幸福感。我也有同样的感受，他们有太多值得我学习的地方，他们会教我如何去发现生活的乐趣。因工作需要，我开始倡导人们参加特奥运动会的融合运动。我可以很自豪地说，虽然是第一次参与特奥融合运动队，但我赢得了一枚金牌！

特奥融合运动会的创始人博·多尔蒂（Beau Doherty）是一位和蔼可亲、充满激情的领导者。“这个位置承载的责任十分重大。我必须让这些人离开这些机构，然后融入社会。

博在25岁时开始为马萨诸塞州的特奥组织工作。在马萨诸塞州工作时，他萌生了创建这样一个团队的想法，即在此团队中，有一半人是智障人士，而另一半是非残障的融合伙伴。1992年，博成为康涅狄格州特奥组织的执行董事，他通过训练一支新组建的垒球队，开始将自己的想法逐步变为现实，而我也在这一团队中做事。

在我们的第一个赛季末，我们的纽黑文队在特奥融合运动全国垒球锦标赛中轻而易举地击败了当时的冠军沃特伯里队。在最后一场比赛中，我完美地实现了二垒！在我们获得了首枚金牌后，我们的团队成员兴奋极了。

在接下来的赛季，我们再一次成为幸运儿。我们团队成员的天资各有不同，他们在场上奔跑，似乎在用生命比赛，而投手和捕手则将球稳稳地控制在板周围。我们知道沃特伯里队会努力与我们对抗，但我们很有信心。

沃特伯里队的一位主要击球手是金·戴维斯（King Davis）。但他是一位真正的话痨球员。当沃特伯里队开球时，你可以经常听到他不断地唠叨，要求队员命中和奔跑。当我们开球时，他会在破旧的球场上咆哮，然后嘲讽道：“没有安打，没有安打。”他既粗暴又可笑，我们队结结实实地以行动回答了他。

当他在我们的首场常规赛中担任击球手时，我准备第二个上场。在他上场经过几番投球击球之后，我想我犯了比赛场上运动员会犯的最严重的错误——在比赛中走神。在第二次挥击时，金击出了一个超低球，球直接飞向我。但这不像其他任何我在场上所经历过的平直球，它带着迅疾的回旋，当我蹲下来抓球时，它竟像一个倒置的弧线球一样突然弹起。在我抬手之前，它全速砸向了我的嘴。在那一瞬间，我倒在了地上，球狠狠地击中了我，我满脸是血。裁判一喊暂停，我的队友立刻围了上来，从他们的眼睛

里，我似乎看到情况不妙的预兆。

我摸了摸自己的脸，我所有的牙齿都好好的，在原位，血似乎是从我的嘴唇上流出来的，并且嘴唇已经肿了，这个结果让我放下心来。我站起身来，用袖子擦了擦血，然后回到了二垒的位置，告诉所有人，我没事。本来站在二垒的是金·戴维斯，他疑惑地看了一下我，跑向三垒的位置，然后在那里待了下来。

我不确定他是怎么跑到二垒的，也不确定那球在砸了我的脸之后又飞去了哪里。金和我站在了各自场地的中央位置。“好球！”我对他说。

“我们今年要在全国比赛中狠狠地击溃你们，兄弟。”金回答道。

我以不可思议的眼神看着他，不相信自己的耳朵。他是否已经忘记了我被他击倒在中场上，嘴上还在流血？

“你听到我说的了，我们今年会在全国比赛中获胜，你们是不会有任何机会的！”金继续说着。

最后，我笑了，不是对他，而是对自己。他不是一个“特奥运动员”或一位“智障人士”，他只是一位垒球运动员，就是这样。在赛场上，我们是竞争对手，他考虑的唯一一件事情就是赢。

我一直记得那一刻，因为它提醒了我，不应该对智障人士带有成见。金·戴维斯是一位智障人士，但事实证明，他也是一位极具攻击性的对手，而且是一位骄傲的竞争对手，他想在比赛中获胜，更重要的是，他一点儿都没兴趣去伪装自己的感受。他不会去掩饰自己对胜利的渴望，通过这种掩饰来顺应社会上所有人在那一情况下应该具有的“正确”感觉。他集中力量要打败我，而且他在这样做的过程中获得了乐趣！

我从很多人那里数次听说过类似的故事，他们在智障人士强烈表达出的真诚情感面前丢掉了盔甲。很多人都害怕表达出真实的感情，我们担心自己的感觉将会带来尴尬，同时给别人带来痛楚，因此，我们会隐藏情感或通过社会普遍可以接受的方式进行表达。因此，我们失去了最为重要的东西，而且我们一直进行着没什么营养的对话，或是谈论一些小事儿，比如天气或是一些名人的情感生活。

但在智障人士的世界中情况不是这样的[注]。在“好朋友夏令营”（Camp Pals）中，志愿辅导员和辅助人员花了一个星期，同患有唐氏综合征的队员在一起，真真切切地体会了他们的感受。费利克斯·利亚诺斯（Felix Llanos）是营地的工作人员，他说：“这里的人们的心是外露的，是挂在自

己袖子上的。一位露营者害怕打雷，于是他就诚实地表露了出来。看到这一点，我想，‘哇，兄弟，你可以诚实地做自己，这实在是太酷了’。在这里，每个人都只是他们自己。”

我想起我在瑞士达沃斯所举办的世界经济论坛上看到的情形。这个论坛每年都有成千上万的世界上最有权势，最富有的人参加，他们致力于“改善世界的状况”。在精疲力竭的一天过后，我打电话给我的女儿罗斯，跟她讲，我这一天是怎样努力向这些世界上最有名、最富有的人推销特奥运动会的。我告诉她，我很疲惫，然后，她一直不停地追问我，是什么让我如此疲惫。“这些人都将自己掩藏得很深，以至于他们夺走了我的快乐。”

罗斯说：“这些人应该是世界上最容易感到恐惧的人了，我想他们无法拥有太多的乐趣是可以理解的。”

“你说得对，罗斯，他们恐惧的东西很多。”

很多父母都想要在自己家中创建这样一个环境，在家里，他们的孩子能够“只是做自己”。琳达和我也是如此。在我们养育这5个孩子——罗斯、蒂姆、山姆、凯瑟琳以及卡罗琳——的过程中，我们尽力想要让他们知道，在家里，他们永远都可以清楚地知道自己是谁的。我们尽量去教导他们积极、乐观，我们一直尽力在祈祷中深化这一主题，并在令人愉悦的沟通中去实践它。欢迎和祈祷，这是我们家的经营之道。

罗斯和蒂姆还在上小学的时候，琳达和邻居安妮·叶普（Anne Yap）决定在我们的社区成立一个特奥融合足球队。我们的孩子几乎是一出生就在参加特奥运动会的比赛和活动，因此同智力与常人有差异的人一起运动的想法对他们来说并不新鲜。另外，安妮家有三个漂亮孩子，其中莫林是唐氏综合征患者。莫林同我儿子山姆同龄，他们一起上学。放学后，莫林就会溜进我们的后院玩秋千。

虽然我们的孩子还有叶普家的孩子都还很小，但洛蕾塔已经在他们的班级里谈论起“称呼伤害”了。她的这一行为领先了反欺凌运动20年。“你可能没有意识到，”她告诉学生们，“当你们叫一个人‘傻子’时，这个称呼是会伤人的，而且会伤害对方很长时间。如果你伤到我的腿或我的胳膊，它们很快就会痊愈，但如果你伤到我的心，这伤痛会持续到永远。”她经常这样结束自己的谈话：“所以，大家在开口之前最好想一想，要记得这里有一个人，他有特殊的需要，不能取笑他或欺凌他。不管你做什么，不要用‘傻子’这个词去取笑任何人。”

一次，蒂姆回家告诉我们，他听到同学的妈妈称呼某人为“傻子”，他感觉到很无奈，不知道该怎么向一个成年人开口。他8岁的时候，他和罗斯已

经学会“不让体育老师戴尔先生叫学生‘傻子’”，而罗斯说，“我不认为他会听我的，但我确实是说出来了”。同样，蒂姆的朋友也经常这样说话，最后他们终于解决了这个最令他头疼的状况，“好的，蒂姆，我们知道了，我们不会在你面前说那个词了”。

但没有什么办法比寓教于乐更有效果了，这也是特奥融合团队得以成立的原因。在篮球队成立第三年的时候，罗斯已经13岁，蒂姆12岁，山姆8岁，凯瑟琳7岁，而卡罗琳4岁。琳达和安妮·叶普为新融合队设计了一系列游戏，对手是凯瑟琳·托马斯学校（Katherine Thomas School，下文简称为KTS），这是一个小型日托学校，为有学习障碍和各等级的自闭症儿童所设。当你置身于KTS，你会感觉它更像是一个多层面的教育和康复机构。这里对学生的关爱水平是优秀的，这里的工作人员是一流的，而这里收取的费用也很高。大多数进入KTS的孩子是因为正规学校的教育计划不能够支持他们的需求。

我们聚集了一群8~12岁的孩子，其中包括我弟弟马克的孩子莫莉、汤米和艾玛，他们每周都将同KTS的孩子们一起进行训练——这星期，他们来到我们在华盛顿的圣体学院，下周我们就会沿高速公路一路奔往KTS的体育馆。两队的孩子们在这一赛季的发挥令人欢欣鼓舞，但篮球对小朋友们来说是一项困难的运动，对那些有残疾的孩子尤为困难。

一天，在练习结束后，我带着蒂姆、山姆回家。当我们沿着州际公路飞奔时，我突然想知道我的孩子们对这些活动的真正想法是什么。他们在学校的朋友没有跟他们一起在KTS活动，而且这些比赛也不是那种能够获得名次的竞技比赛。

我们从来没有讨论过他们是否愿意成为特奥运动会志愿者——我们只是简单地组建了这一团队，然后就把这些孩子拉了进来。

我打破了沉默，开始了谈话。

“你们觉得今天的比赛怎么样？”

“很好，爸爸。”蒂姆回答说。

“不，说真的，不要只说一些你们觉得我想听到的话。我想知道你们对这整件事情的真实看法。”

“你们实际上并不想去KTS的那个小健身房，是不是？”

一阵沉默。没有人回答。

“是不是？”我坚持问道。

“爸爸！”山姆脱口而出。“KTS的活动很好，让人放松！”

又是一次长久的停顿。伴随着收音机里传出的高昂音乐声，车子在高速公路上飞驰。我看着两个男孩，他们已经开始发呆了，盯着窗外，听着音乐。所以我决定给他们一点儿压力，我关掉了收音机。

“爸爸！你为什么要这样做？打开收音机吧，你到底是怎么啦？”

“我并不认为你们诚实地回答了我的问题。我想要知道你们真正的想法——诚实的想法，否则就不打开收音机。”

带着恼怒的情绪，山姆把座椅向我这边转动了一下，然后说道：“爸爸，如果你告诉我，下周我们都要去迪士尼乐园，那么我们会享受一段狂欢的时光，这将是梦幻般的体验。但这里存在一个问题，只要我们一回到家，整件事情就结束了，每个人都将感到郁闷。”

我迷惑了，不知道他在说些什么，他为什么又会提到迪士尼世界？我们从来没有去过。他继续说道：

“当我们参与特奥运动会的时候，我们同运动员一起比赛，为马特、莫林、彼得以及乔艾尔欢呼，同他们击掌庆祝，这是另一种快乐。这是持久的快乐，它不会消失，你能理解吗？”

我震惊了。他刚才说了什么？“持久的快乐”？他的这种想法是从哪里得来的？又是一次长久的停顿。

“爸爸！”山姆大喊一声，打破了这段沉寂。“现在请把收音机打开吧！”

“你刚才是说‘这是持久的快乐’吗？我没听错吧？你刚才是这样说的吗？这个想法就是你在这辆车里想出来的吗？你知道这是什么意思吗？你明白你所说的话的意思吗？那顺便问一下，你所说的‘持久的快乐’是什么意思？”我一边不知所云地嘟囔着，一边又尽力阻止自己将思绪放空，这样我便可以让“持久的快乐”这个概念深入我的头脑和心中。这时，蒂姆抱怨道，“好啦，老爸，这不公平，我们已经回答了你的问题。现在，请打开收音机！”

孩子们的境界比我想象的要高。“持久的快乐”阐明了成千上万人参与特奥运动会时的感受。但至少对我而言却从未听到过对这一感受如此出色的表述。我思考着山姆的表达，想解开谜底，想知道到底是什么促使他这样说。活动的哪一部分能够让他相信他处于持久的快乐感觉当中？他与运动

员关系的哪一部分让他觉得这整件事情是有趣的？是什么样的体验使他明白，可以有多种类型的乐趣？他是如何得知，有一种快乐是愉悦但短暂的，而且往往令人沮丧？他又是如何体会到有一种乐趣可以让人重归愉悦的状态，它能够持久且永远不会让人失望？

我感觉到，要理解孩子们所感悟到的一切的关键在于领会帮助与被帮助之间的那种神秘关系。我们曾听过多少次这句话，“我得到的比我给予的更多”？慈善家们在晚宴上曾宣布过，民间组织的领导人在社区集会时宣布过，宗教领袖在讲坛上公布过。每个人都这样说，似乎每个人都理解了这句话。但当你试图让别人去解释他们得到了什么，你通常只会得到无数白眼。

“举个例子吧？”我问，“你得到了什么？”

最初的答案往往是相同的。

“嗯，运动员（或‘病人’，或‘受害者’，或‘孩子’，或随便是谁）曾经历过愉快的时光，她或他看起来是那么开心（或‘更好’或‘感激的’，或其他体现积极一面的特征）。”这一答案几乎是对所有获得帮助者的体验进行描述的标准答案。我曾向施助者问过这个问题——他们的回答是基于他们所服务的受益人的角度的。但随后我会坚持问：

“我明白，但您刚才已经告诉过我，您所帮助的人或是高兴，或是感激，而您说您已经获得了一些回报，那您具体收获了什么呢？”

下一拨儿答案通常就是“重在参与”。人们重复着相同的信息，信息的内容都是有关感谢或感激的。之后他们也会加上一些这样的话语，“我很高兴能够帮到别人，很高兴我的帮助行为能够使人开心”，或“因为我能让别人开心，所以我很开心”。

我会进一步追问。“很好。但我还是有点儿困惑。如果我告诉你，我上周很高兴，我想你不会因此而开心，不是吗？换句话说，你说从这次会面中收获了一些与众不同的东西，但到目前为止，你只告诉了我别人的幸福感，而没有讲太多你自己所得到的一切。您只是旁观者吗？还是您实际上从这次体验中收获到什么呢？”

对于这一点，我问过许多人，他们的反应都如出一辙。他们深呼吸，叹口气，然后变得安静。

一个男子告诉我，在去参与当地特奥运动会的活动并且在签到台前做志愿者之前，他从未明白过，如何利用内心的力量面对逆境。“我听到他们宣

誓——然而要如何进行呢？他们先说‘争取胜利’，然后他们会说，‘勇敢尝试’。我觉得这其实跟总结一切有关。我觉得，我也可以这样活着。这些孩子们在球场上，我看着他们，意识到他们所面临的挑战比我在任何时候面临的挑战都严峻。但是他们很勇敢，我从他们身上学到了勇敢的意义。他们让我再次相信自己，我也可以变得勇敢。”

在这些“帮助与被帮助”的情况里，显然存在着某种神秘感，但这一神秘却早已不是什么新鲜事。希腊人对此有一种表达，“当你放弃了一些东西，你必然会在其他地方收获另一些”。耶稣则建议说，我们会在失去生命的过程中逐步发现生命的意义。当我们在为他人付出时，尤其是为那些急需要帮助的人付出时，这些付出本身也有美丽快乐的部分。

我们生活在这样一个时代，我们习惯性地认为我们是孤独的；孤独的生命注定只能通过了解自己进而了解世界。我们只拥有自己。我们觉得自己不得不去战斗，在学校里要赢，在工作中也要赢。我们为流行、为减肥、为保持年轻而战，我们甚至为快乐而战，以避免孤独、绝望和失败。

著名的心理学家维克多·弗兰克尔（Viktor Frankl）说，现代性不应成为个性的陷阱。在第二次世界大战后，他边写作边行医，借由这一独特优势他获得了第一手的资料，了解到人们如何在纳粹死亡集中营恐怖和绝望的环境下找到生命的“意义”。正是在与可怕的邪恶和绝望的对视中，弗兰克尔发现，人类具备一种“挑衅的力量”，并用其来寻找和发现彼此的意义。“心灵内部问题不是人们关注的首要和最初的问题……通常他们刚开始最主要和最根本关心的是外部世界的某人或某事……人们生存……的意义是为了服务某人或去爱某人。”他进一步指出：“人类是受了一种火花——寻求意义——的驱使……当人类由其他人标定为主体而存在，而不是作为被使用的客体时，他们会感到满足；但作为主体，人们需要旁人去欣赏其独特的天赋。关系的最高境界是爱，当我们在观察某个人时，不是只看他们的主观想法，而是要看他们独特的主体性，他们存在的美感……在不知不觉当中，”弗兰克尔补充道，“我们的内心直接指向了超然性。”

对许多人而言，在我们为那些弱势群体付出时，当我们自己处于弱势时，我们便不会那么害怕了，我们会全然放开。在弗兰克尔的话语中，当我们发挥了自己作为人类的能力，看到彼此的独特性时，我们将从孤独、绝望中脱身，不会被我们自己的紧张感困住。当我们给予他人富有同情心的服务，我们便能够缓解自身所受到的干扰，缓解思想创建时那种被疏离的幻觉，而且我们可以更纯粹、更清晰地看到自己和这个世界的美感和融合。最后，付出实际上就是收获，我们能够失去的最重要的东西是恐惧，而我们获得的回报中最重要的则是无畏的自我，他人的爱，全然地活着。

山姆的洞见为这一画面增加了另外一个元素：运动的力量。哲学家弗里德

里希·冯·席勒（Friedrich von Schiller）试图了解人类身体和精神的体验。他的表述与山姆的见解很相似：“（人类）仅在其玩耍之时才是唯一真正的人。”我可以想象席勒在KTS的健身房，用他对希腊人、罗马人、中世纪人和现代人的所有积淀和知识，试图找到言语来解释眼前场景的美感——这些孩子奔跑着，欢笑着，拍着球，跳出美丽的舞蹈。山姆说得对：这是一种持久的乐趣。

几年后，我女儿罗斯和她高中的朋友们开始了自己的特奥融合保龄球项目。看到这些人如此年轻却打造出这么强大的团队，真是鼓舞人心。罗斯很清楚“持久的乐趣”这一道理，而且希望能够获得更多快乐。她同她的兄弟姐妹和朋友也因此接到了电影制片人彼得和鲍比·法雷利（Peter and Bobby Farrelly）的电话。

法拉利兄弟想要知道特奥组织能否协助他们制作一部关于运动员的电影。我对此持谨慎态度，因为他们制作了如《我为玛丽狂》以及《阿呆和阿瓜》等热门电影，这些电影通篇都带着幽默桥段，偶尔也会开开残障人士的玩笑。

他们善于制作使青少年开怀大笑的电影（也让我大笑），但我看不出他们怎么能够制作一部适合我们这种情况的电影。

讨论了几个月之后，彼得·法雷利设法说服了我们，他希望拍一部真诚和严肃的电影：“我想要制作一部有趣的电影，但我也想要拍一部能够展示特奥运动员真性情一面的电影。我知道有很多电影能够打动人们，是因为它们会讲述一些发生在智障人士身上令人感动的故事，但我不认为这是我们这部讲述特奥运动员的电影的全貌。”电影名为“林格”（*The Ringer*，2005）。这部电影讲述了一个终生失败者潜入特奥运动员的宿舍中，装成智障人士，试图赢得比赛和赌注的故事，这一人物由约翰尼·诺克斯维尔（Johnny Knoxville）扮演。我参观了几次剧组在奥斯汀的拍摄场景，并且还在他们的一次午歇时间同比尔·科特（Bill Chott）走过了几个街区，他是一位演技纯熟的即兴表演式演员，在电影里饰演一位特奥运动员。“我不知道应该怎么告诉你，蒂姆，”比尔说，“参与这部电影的拍摄，我觉得我收获的比付出的要多太多。”

又来了，给予和接受。不用说，我又催问比尔：“你这么说是什么意思呢？”

“这就是我所参与的拍摄环境最好的电影——就是这么简单。剧组中有约50名特奥运动员一直在我们身边，他们使得电影场景更加完善。他们总是很开心，享受一切。”

“比尔，是什么东西让你觉得这次经历如此特别？”

“我不知道你在期待我说些什么，但在拍这部戏时，我每天都能得到20个拥抱。在任何地方我都没有过这样的经历。每天20个拥抱，我喜欢。”

你需要无所畏惧地去拥抱别人——你需要不顾一切、勇敢无畏地去拥抱别人，每天20次。在这个融合的世界里，你是什么样子，就去表现出什么样子，你可以用尽上帝给你的一切力量去尝试，你可以拥抱你爱的人。你可以感觉到安全，可以看到光，感觉到快乐。这是值得庆祝的力量。

顺便说一句，沃特伯里队后来确实击败了我们的团队，金·戴维斯是对的。他们确实狠狠地把我们给干掉了，而且我可以毫不尴尬地说，我们败得一塌糊涂。

---

1. “Difability”不是一个写错了的词，但它也不是能够被大众普遍接受的词语。我经常使用这个词，然而，在我的意识中，使用“dis”常会陷入这样的思维定式中，与它有关的内容经常包括缺乏能力和消极微妙的假设。“Dif”则认可人们可以具有千万种能力，我们每个人都是不同的个体。有些人主张，在残障者的世界中，他们不喜欢这个词，“Difability”，因为他们担心这会削弱这些人应有的尊严；反过来，应该去接受他们本来的样子，“Disabilities”和所有。我明白这种情绪，并且尊重它。与此同时，我觉得使用这个词“difability”应该是有帮助的。

第13章 为你骄傲

如果你认为特奥运动会这门用心开设的课程都是以爱、欢乐和拥抱收尾的话，那就大错特错了。我们都知道，生活还需要勇气。一天，一位同事传给我一篇短文，读完后我开始思考什么是“勇气”。这篇短文的作者的孩子参加了特殊奥运会，而这位作者本身是位于堪萨斯的美国伦纳德伍德堡基地的神职人员。在文中，他写到看自己的女儿伊丽莎白·卡尔森（Elizabeth Carlson）第一次参加比赛的情景。下面是文中的一段话：

> 我清楚地记得那天，我的女儿伊丽莎白·卡尔森第一次参加特奥运动会。她很兴奋。她感受到了观众的激动情绪，人们也能感觉到参加50码径赛对她来说有多么重要。
>
> 仅仅说到“短跑”就会让我偏离正常的模式：速度，参赛者，打破世界纪录的时刻。她自孩提时——一个从来不会爬的、一个学走路时历尽艰难且坚持练习的孩子，逐渐去理解跑步……我了解“特殊”孩子的世界。我了解那个充满期望的世界，那个期望新的表现平台出现的世界，那些当我们力图根据“正常”的标准定义人类时参考的“条条框框”……
>
> 但是，那天是不同的。我的女儿和其他五六名运动员排成一队，空气中洋溢着期盼。终点有口哨声、旗子和需要冲刺的带子。然后，比赛开始了。我的女儿，正在奔跑。
>
> 这时，我不再害怕跑步会给她带来失败，她奔跑着，她赢了。伊丽莎白赢了比赛！
>
> 我冲上去抱住了她。当我们分享胜利的那一刻时，我能感觉到她的快乐。那天的记忆，将永远在我心中。
>
> 孩子，我爱你。我为你骄傲，你是与众不同的。上帝将你赐予我们，是要让我们懂得珍惜。感谢你给予我们的勇气、力量、希望、坚持，以及对跑步的渴望。

当你读到此类文章的时候，你知道它是在与你的心而不仅是你的头脑交流。卡尔森神父讲述的不仅是一次比赛，他讲述的是他和女儿之间的关系，他们之间的爱给了女儿力量和尝试跑步这一非凡举动的勇气。更重要的是，他描述的是一个时刻，在那个时刻，他知道女儿不害怕失败，不管

这一切对她而言有多么艰难，她在努力尝试。他知道，他对女儿的信任使得这一切发生：他通过文字和爱告诉女儿，他在她身上看到了其他人和她自己都没有看到的东西，那就是她的勇气。

字典上对“勇气”定义时用的那些词完全可以用来描述这个小姑娘：“勇敢，决心，果断，胆量，顽强”。我读到这些字眼时，我能感觉到她意志力的增长。她已经找到了内在的勇气，而这一点可能连她自己也没有意识到。伊丽莎白·卡尔森接受了命运的挑战，跑完了比赛并且获得了冠军。她到底是谁呢？

100年前，伟大的心理学家威廉·詹姆斯（William James）说过：

> 世界各地的人拥有大量的资源，而对于这些资源只有非常优秀的人才能最大限度发挥其作用……与我们应该达到的目标相比，我们只清醒了一半。我们胸中的火焰熄灭了，我们的文稿被审查。在可以利用的精神和物质资源中只有一小部分得到了利用。

詹姆斯质疑很多人没有激发出自己最大的潜能。宾夕法尼亚大学的研究者安吉拉·李·达克沃斯（Angela Lee Duckworth）、心理学家米哈里·契克森米哈赖（Mihaly Csikszent-mihalyi）及马丁·塞利格曼（Martin Seligman）等人，长期研究人们如何在职业生涯中达到最高点，以及何种心理品质会对成功起到最重要的作用。

达克沃斯发现，从长远来看，勇气对成功的影响比智力或其他单独的个性因素更大。她认为，“勇气”由两部分组成：一是毅力，二是为长远目标而保有的激情。有趣的是，勇气不等同于自控，也不等同于被他人认可的需要。有勇气的人常常会勇敢地追求自己的目标，尽管有风险，但他们仍有毅力这样做，而且与人沟通和合作的能力也很强。当达克沃斯评估那些高成就人群（例如常春藤盟校的学生，西点军校的学员，全美拼写大赛的冠军）时，她发现勇气这一指标更能预测成功。一项有关特奥运动会的研究表明，勇气与智力并无对应关系。你的智商可能非常高，但没有什么勇气。同样，你可能在智商测试中得分很低，但是在以勇气衡量时你可能会很厉害。勇气需要有看到目标的能力，也需要抗挫折能力。

伊丽莎白·卡尔森和大部分人的区别在于面对困难的态度。

我们都知道，恐惧不是通往梦想的途径。每个人的内心都拥有美丽和与众不同的东西，我们可以和全世界分享这些东西。伊丽莎白·卡尔森提醒我们要寻找机会，再试一次。她坚韧不拔的勇气来自父亲的爱和团体的支持。

如果我们要追求我们的梦想，我们就要屏蔽头脑中和周围的杂声，那些会让我们恐惧和放弃的声音。

我把伊丽莎白的父亲写的这篇短文带到了国际特奥会董事会的会议上——参会的有奥运会冠军巴特·康纳和纳迪亚·科马内奇；商业公司的领导者穆赫塔尔·肯特和杰伊·埃米特；演艺明星凡妮莎·威廉斯和乔恩·邦·乔维；残障人士领袖邓朴方和威廉姆·P·奥尔福德；此外还有特奥运动会的改革者史黛丝·约翰斯顿和弗洛伦丝·娜巴银达。在会议刚开始时，我告诉董事会，我在积极寻找对特奥运动会改变人们生活的更深层的理解。我朗读了那篇文章。读完后，我看到这些全球级别的领袖人物都陷入了沉思。马克·布兹（Mark Booth）当时是媒体巨人欧洲天空广播公司的首席执行官。他说："我一直都在与那些商业界的强人打交道，我从未向任何人透露过我的情感。当我来到了特奥运动会，我哭了。我知道我将成为一个更好的人，我知道我想拥有伊丽莎白·卡尔森展示给我们的那种勇气。"

我希望马克能跟我一起去坦桑尼亚的阿鲁沙市，去见证勇气的精彩一课。阿鲁沙是一个小城市，位于坦桑尼亚的高原上，离乞力马扎罗山不远。当1998年，我和导师塞尔瓦托·韦德拉梅以及运动员代表洛蕾塔和比利·奎克（Billy Quick）动身前往津巴布韦的时候，这个国家75%的人口每天的生活费用不到一美元。当我们降落在机场跑道上时，一个名叫拉马扎尼·沙林·昌博（Ramadhani Salim Chambo）的年轻人，手捧一束坦桑尼亚的鲜花在阿鲁比机场迎接我们，一见面就给了我们一个大大的拥抱。我们的目的地是在坦桑尼亚特奥组织计划主办10公里跑邀请赛的地方，大概有30位运动员受邀参加了这一比赛，当地运动员要更多一些。拉马扎尼帮我们把行李放到一起，然后我们上了一辆开往酒店的小巴车。但是半路上司机突然把车停到了没有路灯的单车道边上，周围没有一点儿灯光。我以为车出故障了，但是大家看起来都习以为常，因此我忍不住问道："发生了什么事情？"

教练说："拉马扎尼要下车。"

我向车窗外的黑暗看去，什么都没有，除了有几百码的空地被树木包围起来。小巴车的车门开了，拉马扎尼冲我笑着挥了挥手，他下了车，朝远处用树围成的墙走去。

他的教练说："他住在这些树另一边的村庄里，我们的车只能开到这儿了，他没事儿。"

如果我当时跟着拉马扎尼去了他的村庄，我就会发现坦桑尼亚人认为一个智力有问题的年轻人应该过什么样的生活。拉马扎尼的父亲在阿鲁巴的一家修理店工作。拉马扎尼的母亲卡蒂嘉·莎巴尼靠卖手工艺品和蔬菜来挣

钱。在40多年的劳作中，她每天的收入从未超过一美元。

当我通过一名翻译跟拉马扎尼的母亲对话时，她直率地告诉我说："我很骄傲，拉马扎尼从来没有被拴起来过。"

"拴起来？"

"我们这里有很多父母如果有了像拉马扎尼这样的孩子，就会把他们拴在院子里，这样他们就不会捣乱了。你看，拉马扎尼出生时因为我难产导致了智障，也可能是我带他的时候，他发过几次高烧。他小时候不会讲话，嘴里总是充满唾液，很难让他保持干净。别的孩子不跟他玩，他有时会很淘气，和别的孩子吵架。但是我拒绝把他拴起来，我只是让他保持干净，告诉别的孩子不要欺负他。"

在拉马扎尼11岁时，一位社会工作者来到了他们的村子，他可以去上学了。他的母亲说："我很开心。我不会阅读，但是我在那位女士给我的纸上签了字，拉马扎尼开始上学了。到那个时候，他基本能保持干净，上学后也变得不那么淘气了，还会帮我干活儿。我为这个男孩子的成长感到开心。"

大约在同一时间，一个名叫弗兰克·玛查（Frank Macha）的小伙子在坦桑尼亚前首都达累斯萨拉姆最大的一家体育馆当经理。玛查有筹办全国足球赛的大型体育比赛组织经验，他在坦桑尼亚的体育界是一位很有前途的专业人士。他的梦想是有一天能在他的体育馆举办有国际明星参加的世界级比赛。

然而，他等来的是人们邀请他参观在达累斯萨拉姆举办的地方特奥运动会。玛查大笑着说："有一天，马戴先生（坦桑尼亚特奥会主席）来到我的办公室，让我去看特殊体育比赛。我对此一无所知。我告诉他我会去的。你一定知道那些孩子……"玛查在提到他当时的成见时声音低了下去。"让我这样说吧，我不了解他们。我当时以为……"他再次费力斟酌着用词，"我当时觉得他们是没用的。"

"但是当我到了达累斯萨拉姆的径赛场地，我看到那些孩子们，他们在跑、在比赛。我想，哦，主啊，这一定是您的杰作，我的主！可能我用英语表达得不太准确，但是我看到主在呼唤我，他告诉我，'这是你的工作。'那天，我告诉马戴，我要跟他一起工作。"

人们常常会问我，特奥运动会是怎样成功地吸引了来自全世界170多个国家的几百万人参加的。很简单。特殊奥运会之所以能发展，是因为像弗兰克这样的人把自己奉献给了运动员，他们心甘情愿地把他们的时间和心灵

都奉献出来。

像弗兰克·玛查这样的志愿者有很多，他们通常是在社会变革中未曾被发掘出来的力量，之所以会如此还有一个非常重要的原因：当他们感受到了信仰的那一刻，他们就会追随这种感觉，并爱上了这种追求，全心投入。弗兰克·玛查释放了自身的勇气，看到了自己的目标并投身于此。我们说志愿者们“相信”他们的事业，并且“相信”自己有能力去改变现状，我看到的很多例子足以证明确实如此，但是我也知道，信仰来自他们的灵魂而非头脑。“相信”（believe）这个词可能来自于古英语中的“belyfan”，意为“爱惜”。我们几乎总是把“相信”和宗教联系到一起，因为宗教最核心的体验就是爱。弗兰克像一个深陷爱河的人一样把自己献给了特奥运动员，这就是“志愿者”做的事情：一个志愿者做事是因为爱而不是因为钱。当你的行动发自内心时，就没有什么障碍能挡住你。相信本身就是一种勇气，它让你全心投入一个目标或为一个人做事，或两者兼有。

弗兰克不仅仅感受到了这种信念，他还走遍世界各地，开办工作坊，招募志愿者。在他招募的志愿者当中有一个名叫内莉·莫莱（Nellie Mollel）的教练，她参加了弗兰克在阿鲁沙附近举办的一次培训课程。内莉深深地被弗兰克打动了，她去了拉马扎尼所在的学校，建议在这所学校开展特奥运动会项目。她紧紧追随弗兰克，并自愿承担起教练的工作。拉马扎尼就是她训练的第一批运动员中的一个。

当时拉马扎尼只有13岁，内莉安排他参加100米跑。他从未缺席过任何一次训练，并且跑得越来越快。除此之外，“拉马扎尼变得越来越干净、越来越整洁，”他的母亲回忆道，“我告诉他：‘拉马扎尼，你现在是一名运动员了！’我说的时候他笑了。”她生平第一次为她的儿子感到骄傲，他也是第一次为自己感到骄傲。

我到阿鲁沙后不久，10公里邀请赛开赛，来自邻国的运动员都出现在了起跑线上。另外一些运动员（他们来自阿鲁沙，包括拉马扎尼）也出现了，他们等着参加安排在10公里比赛之后的100米和400米比赛。进行比赛的体育馆挤满了观众（部分原因是阿鲁沙的街道上到处都是失业者和无家可归的流浪汉）。我看到拉马扎尼走近10公里比赛的起跑线，然后我听到他的教练说：“不，拉马扎尼，这个比赛对你来说太长了。你脚上没有穿鞋，你不能参加这项比赛，一会儿你要参加一项距离短一些的比赛。”

但是拉马扎尼没有理睬。发令枪响了，拉马扎尼和其他运动员一起冲了出去，在跑道上跑了一圈后他冲到了阿鲁沙破破烂烂的街道上。教练跟着他跑过去，很担心他。我听到玛查向他保证会有一辆小卡车跟着选手，如果拉马扎尼累了，可以让他上车。他转向一个面无表情、个子矮小的人，这个人穿着一件比自己身形大了好几个号的运动衣，衣服从肩膀上垂下来。

我这才知道，他就是拉马扎尼的父亲。这个教练向他解释发生了什么事，拉马扎尼的父亲点着头。

选手们要在30多分钟的时间内跑过镇子，这期间体育馆内是没有其他活动的。跑在最前面的选手、来自津巴布韦的约瑟夫·玛图祖（Joseph Mateuzu）跑进了体育场，他以34分钟的成绩冲过了终点。这太令人吃惊了！

快到一个小时的时候，大部分选手都跑过了终点。还差一分钟比赛就要结束的时候，最后一位选手拉马扎尼冲进了体育馆。他沿着最后一段跑道向前跑去，人群开始欢呼。他的头高高扬起，挺着胸膛，赤着脚，带着主赐予他的力量，冲过了10公里终点线。虽然他是最后一名，但人们站起来为他鼓掌欢呼。没有人会相信拉马扎尼做到了。他站在那儿，气喘如牛，脸上挂着笑容。

弗兰克·玛查向我狂喊："蒂姆，我太骄傲了，我太骄傲了。"

我向跑道的另一边看去，拉马扎尼的父亲呆呆地站着，泪水滑下了他的脸庞，他为自己的儿子感到骄傲。

拉马扎尼可能不符合关于勇气的科学定义——努力和对目标的敏锐关注。他在测量勇气的测验中得分也不会高，毕竟他甚至连话都说不好。但是，勇气的因素常常被人忽视——为达到目标而坚持的能力，即便是遭遇失败或失望也不放弃。你瞧，拉马扎尼在那天给了所有人一个惊喜，因为他追求目标时展现出来的勇气。他的父亲为自己的儿子骄傲落泪——他的儿子跑完了一场比赛，没有人教过他这样做。他有天赋，他是勇气的化身。

弗兰克·玛查那天也哭了，他说："荣耀属于真主。"他所需要的就是拉马扎尼证明的，这已足够。

第14章 心不设防

我常常想，像伊丽莎白和拉马扎尼那样的人有没有可能改变整个社会呢？人们有没有可能体会到由他们释放出来的勇气与决心所产生的强大动力，并做出改变呢？

2003年，我找到了这些问题的答案。在那一年，世界特殊奥林匹克夏季运动会首次在美国以外的国家举行，而爱尔兰成为首次承办这项盛事的国家。

在爱尔兰举办的特奥运动会由有着30年志愿者经验的玛丽·戴维斯（Mary Davis）组织。爱尔兰为举办这场全球性的赛事，在全国筹集资金、招募志愿者，集聚各界的力量。玛丽还说服了伯蒂·埃亨（Bertie Ahearn）总理以及玛丽·麦卡利斯（Mary McAleese）总统一同参与，并让他们鼓动政府中的所有人员参与到特奥运动会这项盛事中。

音乐企业家奥西·基尔肯尼（Ossie Kilkenny）召集了许多政治家和艺术家，年轻商人丹尼斯·奥布莱恩（Denis O’Brien）同意担任爱尔兰特奥会董事会主席。成千上万份志愿者申请表寄送而至，爱尔兰各大公司竞相为成为赞助商而努力。同时，爱尔兰银行开展了全国性的募捐活动，在其310家支行设立了捐款箱，鼓励人们捐款。奥布莱恩三明治店承诺每卖出一份三层三明治均会为特奥运动会捐献一部分利润。克罗克公园体育场将作为开幕式的举办场所。

500多名美国特奥运动员于6月16日抵达，他们首先来到了北爱尔兰英国政府大楼斯托蒙。在那里，他们与东道主进行了会面，之后分散居住在北部的几个主办城市，并参与了市民的欢庆活动。

之后，美国代表团的全体成员参观了国王城堡等历史遗迹，并受到了贝尔法斯特市市长的接待，之后，代表团又向南前往都柏林。他们拍了一张合影留念。在斯托蒙的阶梯上，爱尔兰警察局局长（爱尔兰共和国的最高级别法律执行警官）以及北爱尔兰警察部队的总警长都身着戎装，首次站在了一起。格里·亚当斯（Gerry Adams）后来告诉我说：“特奥运动会在爱尔兰历史上是一个具有历史性的时刻。从国王城堡到克罗克公园，这些地方都散发着一种非宗派的吸引力。特奥运动会带我们走出自己的内心，并告诉我们如何打破不同信仰的隔阂。在全国各地，大街小巷，我们都自发地为这些运动员喝彩。”

在克罗克公园内，开幕仪式开始，75 000名观众聚集在一起，1 000名舞

蹈演员表演了《大河之舞》，振奋人心的节奏使体育场内充满了民族自豪感。玛丽·麦卡利斯总统宣布：“我们一直期待着这一天的到来……爱尔兰以其热情而世界闻名，在我们国家的历史上，从来没有比欢迎世界上最优秀的特奥运动员的方式更盛大、更热烈的了。”当时，阿富汗战争仍在肆虐，但当6名来自喀布尔孤儿院的年轻运动员昂首走入体育场时，观众们以最响亮的欢呼声欢迎他们的到来。穆罕默德·阿里、杰米·李·柯蒂斯、皮尔斯·布鲁斯南以及罗南·泰南等名人也参加了开幕式。我的母亲在40年前曾陪同她的哥哥肯尼迪总统到访爱尔兰，因此由她为开幕式致辞。

在她讲话时，12名“全球信使”围在她身边，世界著名的摇滚乐队U2开始表演他们的传奇歌曲《唯一的爱》。表演中途，波诺（Bono）突然消失，回到了后台，当他回来时，与纳尔逊·曼德拉（Nelson Mandela）一同出现在舞台上。之后，曼德拉与运动员们和我母亲站在一起，向人群挥手致意。他用响亮的口号将开幕式推向高潮：“特奥运动会是人类精神力量与人类征服困难和障碍的能力的明证。你们，运动员们，是人类的伟大使者。”片刻之后，经雅典传遍欧洲以及爱尔兰的奥运圣火，抵达了现场。在赛跑运动员前进场的是身穿制服的爱尔兰共和国仪仗队士兵——爱尔兰警察，陪同他们的是北爱尔兰警察部队，这是该部队首次步入克罗克公园。两队警察共同向希望之焰致敬，并都领受到了人们的欢呼声。这是令人落泪的激动时刻。

诺贝尔奖得主、诗人谢默斯·希尼（Seamus Heaney）是北爱尔兰人，他深知爱尔兰的历史问题有多么令人头疼。但是，在其剧本《重整特洛伊》（*The Cure at Troy*）中，希尼看到了改变的可能：

> 历史告诉我们，
>
> 在坟墓的这一端，
>
> 不要满怀希望，
>
> 但，之后会掀起
>
> 那股众盼已久的
>
> 正义之浪潮，
>
> 希望与历史便会相谐共生。

希尼并没有解释什么才能够引发那些“希望与历史相谐共生”的非凡时刻，

但是我认为，应该有一些人或者一些事情去戳穿“冲突无可避免”之类的谎言，让我们心存和平之愿。我们都在等待“世界将会改变”，我们心系一处。我们都希望长久的欢乐、以行践言的勇气，但是我们该如何实现呢？

没有一个人——包括波诺、穆罕默德·阿里，甚至纳尔逊·曼德拉，能够比多纳尔·佩奇（Donal Page）更清楚地回答这个问题了。这个年轻人在特奥运动会之路上经历的艰辛超出了任何人的想象。他出生在戈尔韦市，是奶农肖恩和玛丽·佩奇8个孩子中的第6个。

多纳尔是一个快乐的孩子，他的父亲说他是“8个孩子中最快乐的那个”。多纳尔一岁时突发高烧，并失去了意识。医生说：“我们会尽力而为，但是他一定挺不过几个小时的。”时间一分一秒过去，多纳尔的情况有所好转，但是仍然没有恢复意识。他每隔几个小时就会抽搐。医生诊断多纳尔患了雷氏综合征，这是一种会对肝脏和大脑造成损伤的罕见传染病。他的医生记得，多纳尔是他行医40年来见过的最严重的病例。但是多纳尔的病情慢慢开始好转。不到两周的时间，已脱离危险，但他的头部遭受了严重的损伤，导致失明、失聪，且伴有精神障碍。在那两周的时间里，多纳尔从一个健康的男婴变成了一个要面对极端严重的生存挑战的人。“不管怎样，我们把他带回了家，”多纳尔的父亲说，“我和我妻子决定带他回家，做我们所能做的一切。”

而他们要做的事情绝非那么容易。“在接下来的12个月里，他常是今天还好好的，第二天就又进了医院。从多纳尔一出生，他的母亲将全部的爱都奉献给了他。他在渐渐地好转，但是我们都不知道接下来会发生什么。他两岁生日的那天，我们为他庆祝生日，因为我们不知道他还会不会有下一个生日。”

“你有没有想过，为什么偏偏是你遇到了这样的事？”我问多纳尔的父亲。

“我们已经够幸运了，”他回答道，“至少多纳尔还在我们身边。”

在接下来的几年里，多纳尔随时都可能出入医院。多纳尔16岁时，他的母亲玛丽中了风，这使得她照顾多纳尔时更加不易。好在其他几个孩子帮了很大的忙。“他们从不抱怨，我甚至觉得，他们与多纳尔一起成长，他们比任何人都明白人与人之间的差异。”肖恩这样说道。

“多纳尔5岁的时候，我们带他去都柏林看病。但医生说，多纳尔将永远失明失聪。我可以确定地告诉你，他能够看见一点点，听见一点点。我告诉村子里的每一个人，那个都柏林的医生是个混账。多纳尔所需要的是更多的时间，他会成为一个好孩子。”

在2003年的爱尔兰特奥运动会上，多纳尔·佩奇已经18岁了。他从5岁起开始在当地的一所学校上学，学校里的老师们尽最大努力教他。7岁时他进入了一所特殊学校，这所学校创办了一个当地的特奥运动会项目，由志愿者教学生简单的活动和游戏，那时多纳尔总是积极地参与其中。当多纳尔和他的两个同学被选中参加世界运动会时，大家都为他们欢呼雀跃。

开幕式胜利召开的那个早上，都柏林的各个田径场和体育馆不断传来运动员取得佳绩的报道。在高尔夫球赛场，来自南非的康拉德·扎斯特罗（Conrad Zastrow）打出了漂亮的一局。在举重赛场上，来自阿塞拜疆的阿麦勒·赛纳洛夫（Amal Zeynalove）在蹲举比赛中赛出了个人最好成绩，举起了303.9135千克重的杠铃。我们发现，超过100名特奥运动员的成绩足以让他们参加2000年的悉尼奥运会！在整个爱尔兰，人们都在为特奥运动员所取得的好成绩而欢呼雀跃。

都柏林也是开创了另一个“第一”的城市——有着严重身体障碍的运动员们第一次有机会能够在国际大赛上、在相同的“运动机能训练项目”（MATP）下竞争，我与丹尼尔和他母亲在南非观看了这个项目的比赛。运动机能训练项目是一项特奥运动会的官方“运动”项目，其设计初衷是为了证明人人都有天赋，并应该有机会展示。

位于都柏林市中心的RDS展览馆（Royal Dublin Society）是举行运动机能训练项目活动的指定场地，来自附近村镇的数十名运动员被选定来此展示他们的运动机能训练项目技能。这些运动员中的一位就是多纳尔·佩奇。

6月26日一大早，多纳尔就与其他两个伙伴、他的长期教练西莉亚·霍布斯（Celia Hobbs）坐上校车出发了。多纳尔的父母请了一个朋友来照料牲畜，这样他们就能开车去都柏林看儿子比赛了。

当他们来到RDS展览馆的停车场时，眼前的景象简直让他们目瞪口呆。停车场已停满了汽车，并且将入场观看运动机能训练项目比赛的观众已经排起了长队。“我没有想到那里会有这么多人，”肖恩说道，“我说：‘玛丽，快走，在里面找个位置吧。多纳尔上场时我可不要还待在外面。’”

在肖恩和玛丽抵达RDS展览馆的同时，我也碰巧在去那里的路上。我要关注的事是如何欢迎爱尔兰总统玛丽·麦卡利斯参加这次活动，并向她介绍相关运动机能训练项目。

老实说，对于接待总统这件事我有些紧张。我担心这项活动可能会让她失望。我们十分感激她在开幕式上的发言，以及她对特奥运动会这项赛事所表示出的极大支持。我想，如果她能够出席并观看田径比赛，见证如此多的运动员展现出惊人的技能，也许会更好。如果她当时在场，她会看到精

彩的赛跑、训练有素的运动员们以及他们所展现出的非凡的勇气和毅力。我能够想象到她会在跑步比赛中途前倾身体，说道："哦，天呐！这些运动员们是这么令人钦佩！那个黎巴嫩的赛跑选手太棒了！巴拿马女子接力队跑得多快！"而我也会同样激动地回应道："总统，我和您一样对此深为叹服。运动员们都向着越来越高的目标努力。观看他们的比赛真是太令人激动了！"

当爱尔兰总统玛丽·麦卡利斯走入RDS场馆，在看台前排坐下。她受到了坐在她身后超过1 500名粉丝极其热烈的欢迎，爱尔兰人民非常爱戴她。这时广播里大声宣布："接下来，有请来自戈尔韦市的多纳尔·佩奇。欢迎多纳尔上台展示'抓与放'。"

观众们热烈地为多纳尔鼓掌。多纳尔的教练推着坐在轮椅上的多纳尔从后台来到了台子中央。我能够看出，多纳尔对胳膊的控制力十分有限，他的身体在轮椅上微微有些歪。但是，我忍不住去观察那位教练的脸，我看到了她看向观众时那灿烂的笑容和闪亮的双眼。她把多纳尔推到一张小桌前，把一个装满豆子的袋子放在上面。在她把轮椅的安全锁扣好，弯下身子在多纳尔的耳边做最后的指导和鼓励。多纳尔要挑战的内容是把手伸向袋子、拿起袋子、举起来，并把袋子放到桌子的另一边。

"开始！"主持人喊道。多纳尔开始了他的任务。我坐得离多纳尔很近，看到他微带笑意，扫视了一下观众，仿佛在告诉大家，他只有先与观众进行交流，才能和那个装豆的袋子交流。观众席中十分安静。他没有说一句话，只有微小的动作。但是，他正在吸引着我们的注意力，他要把我们带入其中，为眼前要完成的任务而积聚能量。

多纳尔低下头专注于眼前的任务，一分钟后，他专心地开始挑战。在上千人的场馆内，极度的寂静给人一种异样的感觉；尽管我在祷告中练习让自己沉静下来，但是在比赛场上我仍然沉不住气。但多纳尔似乎已准备好完成他的任务。正当他的手伸向袋子时，有一个观众大声地喊道："加油！让我们看看你的本领！"整个场馆里的人都受到了鼓动，都为他加油助威。

如果说在运动机能训练项目活动开始之前，我对此感到很担心的话，那么现在我已经把这种感觉抛诸脑后了。那一刻的寂静使我将自己的注意力全部集中到了多纳尔身上，全神贯注地为他能够拿起袋子而鼓劲儿。多纳尔全力以赴，尽管他一次又一次地试图抬起手提起袋子，但他就是做不到。过了一分钟，他的肢体无法协调了。现场所有人都看得出他非常努力，但是他的胳膊没有办法动弹，手指没有办法握住袋子。尽管他努力尝试，但是难度太大了。

又过了几分钟，多纳尔的手能活动了，他的胳膊只能做出轻微的动作。这时，还有几个坐在露天看台上的粉丝大声喊道："小伙子，这样就对了！快抓起袋子！"然后，多纳尔缓慢地、小心地，努力让自己去抓住那个装豆子的袋子，观众也激动得欢呼雀跃。他几乎花费了整整10分钟才将手和胳膊放在了那个袋子上，现场观众们的反应就像世界杯决赛的主场球队刚刚进了一个球那样激动。观众们从鼓掌变成了跺脚，呼喊变成了激动地吼叫，口哨声不断从人群中传出。多纳尔抬起头来，看了一眼观众，又继续完成他的任务。

最终，多纳尔·佩奇花了18分钟完成了他在运动机能训练项目中抓举袋子的展示。多纳尔站在舞台上，站在总统以及数千名粉丝面前，做到了几乎没有人相信他能够做到的事——举起豆袋子，并把它从桌子这边放到相隔20英寸远的另一边。在最后的5分钟里，我们都站了起来，为他喝彩、呐喊、鼓掌、尖叫、欢笑、哭泣、再哭泣。在2003年，如果要对"决心"这个词下个定义的话，那么我们可以用一张多纳尔·佩奇的照片来下定义。而如果决心能够改变一个国家，那么这种决心就深深印刻在多纳尔·佩奇在赛场上展示出的极大的魅力和力量上。"观众们给了他时间，"他的父亲回忆道，"这就是他所需要的——一点点时间。有了这点儿时间，我知道他能做到。"

那天晚上的晚些时候，多纳尔和他的队友们坐着汽车回到了家乡波特姆纳。这一天，国家警察护卫队一直陪伴着他们。当他们最终在晚间抵达时，意外地受到了家乡人民的欢迎——城镇广场上挤满了人。他们在都柏林取得了巨大的成就这个消息传播开了。多纳尔从车上被人抬下来，脖子上戴着奖牌，广场上到处是欢声笑语。"那一天我们永远也不会忘记。多纳尔站在镇子中央，灯光闪烁着，他戴着奖牌，每个人都在祝贺他，对他说'太棒了'！我们在儿子身上看到了从未见过的光环。他是个好小伙儿，他太优秀了！"

运动员在爱尔兰特奥运动会的两周时间里，一次又一次让观众震惊。他们有太多光辉的时刻，我们都来不及一一记录。

谢默斯·希尼在他后来的一篇诗作中写到自己沿着爱尔兰海岸线开车，他看到了内陆美丽的天鹅、大海的颜色以及岩石上方不断变幻的灯光。当他停下来感受这一切的时候，他写道：

　不用去想你要停车，去更彻底地捕捉美景吧，

　你就在此时此地，已知与未知匆匆而过，

一辆辆汽车温柔地呼啸驶过，

趁你不备之时，打开你的心扉。

这就是多纳尔带给我的礼物，这也是多纳尔带给他的家庭、波特姆纳村以及爱尔兰这个国家的礼物。他用他的毅力、无畏的坚持，打开了我们的心扉。爱尔兰从此被改变了。

第15章 谦逊和朴素

在我看来，世界上的领导者各式各样，所有伟大的领袖和多纳尔相同的一点是：他们在用心做事。如果世上有人确切了解如何才能成为一位领导者，那他就是曼德拉。而幸运的是，他将这一秘密告诉了我。

曼德拉的故事是一个传奇。他成长于南非推行种族隔离的政权之下，这是20世纪最具有压制性的政权之一——它建立了基于种族隔离的社会体系，剥夺了广大民众的权利并对其进行压迫。

在20世纪60年代，曼德拉带头对这种体系进行抵制，他因此被逮捕并受到审判，与此同时，他的许多盟友被折磨和杀害。尽管国际舆论一片哗然，但曼德拉依旧被判处终身监禁。他有18年在罗本岛环境恶劣的监狱度过，该监狱被南大西洋冰冷的且时有鲨鱼出没的水域环绕。曼德拉46岁开始服刑，像其他囚犯那样，他住在一个狭小的牢房里，房间里只有薄毯和草席。他不但要服苦役，而且很少有机会与朋友、政治盟友或家人沟通。在他被监禁的大部分时间里，仅被允许每半年写一封信或收一封信。

27年后，噩梦结束了。1990年2月11日，曼德拉被释放，获得自由。那天，曼德拉坚持独自走出监狱，他沿着废弃的监狱公路大步奔走的形象仍然是20世纪最有力的形象之一。成千上万的支持者前来与他见面，全球媒体对其进行了大规模报道。他带着游行队伍来到开普敦，在市政厅的阳台上向全球数百万人进行演讲。全世界都看到了他坚定和包容一切的笑容。

在随后的几年里，曼德拉以他的努力和承诺感化了南非人民。他会见了当年反对他并导致他坐牢的案件起诉人，并与其成为朋友。在南非历史上首次的自由选举中，他被选为南非总统，同南非前总统德克勒克（Frederik de Klerk）一起进入了议会。德克勒克先前奉行的是种族主义政权。当他在议事厅——这个曾经推行种族隔离制度的残酷地方——就座时，曼德拉向新当选的议会成员欢呼。曼德拉和反种族隔离英雄大主教德斯蒙德·图图（Desmond Tutu）一起，成立了一个南非真相与和解委员会，以赦免在极权压迫年代曾犯下暴行的所有压迫者。曼德拉不仅是一位怀有政治正义感的英雄，也是代表着自由、宽容与和平的全球偶像。

同其他人一样，我一次又一次地揣摩曼德拉是怎样做到这一切的。他的领导力秘诀是什么？他怎么可以再次面对那些曾殴打过自己，抢走了他的孩子，在斗争中谋杀了他的兄弟姐妹的人，然后与他们和好？他为何能够忍受如此多的痛苦，却还对“曾经的仇人”以友谊相待？

在曼德拉担任南非总统期间，特奥运动会在南非仍是星星之火，人们对其知之甚少。成千上万的智障人士受到侮辱，他们的存在成为父母受到诅咒或有罪的证明，这些孩子被藏起来，以免受到他人的嘲讽。孤儿院里满是有不同程度智障的儿童和婴儿，艾滋病的流行又加重了这一问题，因为该病能够导致发育迟缓和残障。

所以，在后种族隔离时代，所有特奥组织成员均急于在南非提高其知名度，并使得智障群体能够成为平等和正义的一部分。2000年伊始，我的同事彼得·惠勒飞到南非数次，与当地志愿者交流，划分出我们可能从政府、媒体和企业中所获得的支持度。他的目标是：要设法制造出一个具有突破性的事件，以吸引南非媒体的关注，从而使特奥组织机构遍布南非各地。

彼得在华盛顿打电话说他已经联系了南非前总统曼德拉的团队，而且发现他们非常具有包容性及开放性，能够帮助特奥组织推出一项有针对性的全国性运动。我开心至极，准备庆祝一下。“我们必须得到他们的建议，”他报告说，“他们愿意问问曼德拉，但我们已经给了他们一个计划来说服他们。”

在随后的日子里，我们为一个重要活动制定了一项大胆的方案：我们将请求曼德拉在罗本岛曾待过的牢房中发起一项特奥活动，以展示特奥运动会的包容性和接受度。我们将请曼德拉亲自点燃特奥运动会的“希望之火”，这是人类渴望实现自由最强有力的象征。在这个牢房中，曼德拉将在特奥运动员的陪伴下，高举火炬，宣布开启这一项具有民族意识、运动性、快乐和包容的运动。然后我们会高举火焰跑出罗本岛，进入开普敦并到达比勒陀利亚的政府所在地。在这里，我们将火炬传递给国家领导人，用行动号召“改变南非”。

彼得提交了建议，然后开始等待。没过多久，曼德拉的助理便传话过来：“他答应了！他会为了特奥运动会去罗本岛。”我们欣喜若狂。在世界上受人爱戴的、备受认可的英雄将加入我们的团队！

几个月后，我们一家人，连同我的姐姐玛利亚和她的家人便来到开普敦，推行“2001非洲希望”活动。我们的代表团由里卡多·桑顿（Ricardo Thornton）负责，他是一位来自华盛顿的特奥运动员。同曼德拉一样，里卡多也被“监禁”过，1979年后他获得自由，并且排除万难结婚生子，找到了工作，搬进了属于自己的公寓。里卡多的团队里有一位来自博茨瓦纳的运动员西奥·特伯勒（Theo Tebele），还有洛蕾塔·克莱伯恩。

“2001非洲希望”的第一站是罗本岛的战俘营，我们同大约200名志愿者和来自南非特奥组织的支持者从开普敦港口乘坐渡轮前往这一邪恶之岛，然后走向仅仅几步之遥的监狱大门。

当我们走到监狱前，大门开了，曼德拉站在那里，他的眼睛熠熠生辉，满是期待。“欢迎！”他大声说道，并开始同孩子们戏谑玩笑，同时带着迷人的微笑问候每一位运动员。监狱内十分昏暗，曼德拉继续着他的欢迎词：“你们准备好去比赛了吗？你是一位冠军，是吗？”

曼德拉带着运动员沿着监狱的走廊向他之前待过的牢房走去。他们进入这间压抑的牢房，运动员代表举起火把，曼德拉点燃了它。世界著名摄影师理查德·科尔曼（Ricard Corman）抓拍下了这一刻。

随后曼德拉和运动员举着点燃的火炬走出了牢房，走过幽暗的监狱走廊，来到外面的院子里。这个院子就是曼德拉和其他犯人当初列队做苦力、砸石头及背重物的地方。

我们开始了简短的节目。里卡多谈到对他而言，成长意味着什么：“我们只是日复一日地过日子，我们不知道其他事情，不知道外面的世界是怎样的，也不知道如何在外面的世界中生活。我们不知道我们为什么会待在这里，被强迫着过那样的生活，我们只知道这是一个糟糕的地方。出狱后，唐娜和我结婚了。那时候她已经怀孕，很多人说我们这样的人不应该有孩子，因为我们不知道该如何照顾孩子。他们是对的，因为我们确实不知道。当孩子最终出生医生将小瑞奇递给唐娜时，她哭了。她问医生：‘当我的孩子长大了，他会爱我吗？’”院子里一片安静。“这就是我们需要自由的原因，因为我们知道我们可以彼此相爱。”

艾哈迈德·卡萨德拉（Ahmed Kathadra）是曼德拉的狱友。当时，他已是罗本岛博物馆馆长。因为天气炎热，他匆匆结束了这一活动。曼德拉在全场活动中都笑容满面，不时会调皮地指着观众，开心地配合媒体拍下了很多照片。

许多人都听到过这句话：“自由不仅是摆脱束缚住一个人的锁链，而且是一种尊重和增强他人自由的方式生活。”像曼德拉一样，特奥运动员是在威胁和恐惧投影下的受害者。在曼德拉的案例中，威胁和恐惧的投影同皮肤的颜色联系在一起；而在特奥运动会中，恐惧则同智商测试的分数联系在一起。诺贝尔奖获得者、经济学家阿马蒂亚·森（Amartya Sen）写了一本颇有影响力的书《身份与暴力：命运的幻象》（*Identity and Violence: The Illusion of Destiny*），其中就谈到了这个问题。想想你所认识的任何人，你大概能以几十种方式来界定他们的身份——这个人可能是一个女人、一个美国人、一个共和党人、一名医生、一名足球运动员、一位母亲、一位妻子、一个女儿、一位阿姨、一位诗人、一位园丁等。我们经常能够找到与他人的共同点，我们与他人身上有共同的东西，因为他们从某种程度上讲很像我们。友谊和团结来自于能够同另一个人共享身份。

当然，也可能会有相反的情况发生：我们众多的身份可以减少到单一的一种。根据森的理论，当社会和政治结构对身份产生限定，将群体身份减少至单一身份时，则会产生暴力和歧视。我们会成为“共和派”或“黑人”或“白痴”。一旦我们的身份被降低为“无从选择的单一性状态，（它）不仅会伤害我们所有人，也会使得世界更加动荡不安”。

单一性并不仅仅会让世界变得更危险，它也增加了让我们的同理心发生短路的可能性。著名的精神病理学家西蒙·巴伦–科恩（Simon Baron-Cohen）认为，同理心可以通过下列方式轻松解释，即“我们确定他人的想法和感受，并对其想法和感受以适当情感做出回应的能力”。同理心对所有人来说都是一项关键的能力，有助于使得关系变得和谐，使沟通变得明确，暴力发生的可能性也会变小。在无数案例里，人们的同理心似乎已经完全缺失——无助的受害者深受残忍和暴力侵害，然而肇事者却没有一丝的怜悯。巴伦–科恩为森的“单一性”提供了心理上的联系——“同理心的被侵蚀源于人们将其他人变为物体”（原文的重点）。当你把其他人当作物体对待，与他们互动时好像只有你自己的事是最为紧要的，那么你的“同理心便会一直处于关机状态”。

同样，洛蕾塔、西奥、里卡多和丹尼尔因他们的智障被“正常”人所嫌弃。同理心缺失所付出的代价即是千百万人的痛苦。

但曼德拉从未关闭过自己的同理心，他从未将任何人置于这种带有刻板标签的箱子里。我很想问问：他怎么能够变得如此宽容？如果想活得像曼德拉一样，我需要做些什么？

在接下来的几年间，我们一再邀请曼德拉，每次他都应允。2004年，我接到他办公室工作人员的电话，他们说曼德拉的84岁生日会想以特奥运动会为主题，借此举办一个盛大的派对。彼得·惠勒在接下来的数月内多次飞去当地，这一次，他计划在林波波省举办生日会。

曼德拉生日这天到了，我的母亲也前来祝贺。体育运动设施已经搭建完毕。来宾可以打高尔夫球，踢足球，投滚球。几百名儿童赶到场地，有智力障碍和正常的孩子一起玩耍，还在由帐篷搭建的特殊“教室”里共同讨论克服歧视的挑战，孩子们的父母也被邀请过来分享他们的希望和梦想。“我们不相信自己的孩子是被诅咒的，”一位智障孩子的母亲坚持道，“我们爱我们的孩子。”

当曼德拉出现在生日会的时候，我们都屏住了呼吸，成千上万的当地居民涌入看台。当曼德拉缓慢地走向舞台时，呼喊声逐渐增强，他穿着非洲佩斯利印花衬衫，衣领上别着标志性的艾滋病红丝带，而他落落大方的风姿和微笑自然而然地感染了现场所有人。

在生日会上，有几位运动员进行了简短的讲话，还有音乐表演节目，以及州长和其他一些政府官员的讲演。整个过程，曼德拉都坐在我母亲旁边，面带微笑。一个患有唐氏综合征的小男孩未经许可便在他们中间坐了下来。我的母亲望向我，好像在问，是谁邀请他坐在舞台上的。我笑着耸耸肩。不管他是谁，他已经选择了正确的时间和地点：坐在曼德拉和尤尼斯·施莱佛的中间。我不知道他的名字，但他的出现真是完美。

曼德拉和我的母亲有很多相似之处：他们都活到八十多岁，都曾经历过很多苦难，都坚决为自由而战。生日会上，曼德拉同一群运动员一起吹熄了生日蛋糕上的蜡烛，然后他同我的母亲放飞了白鸽。舞台上满是欢呼和赞赏。

我母亲在当晚做了简短发言。“在不久的将来，曼德拉总统和我或许不会在这里看着你们，但我们会从其他地方关注着你们，我们依旧会关注你们，而且我们会持续关注你们，我们会继续正在做的一切事情。我希望你们记得所有那些仍旧为他们的孩子在争取权利的母亲。即使我们不在这里，我们也依旧会去帮助那些母亲。”

她以前从未谈过自己的死亡，或以永恒的视角来谈论这一点。她说话时，嘴唇紧闭，她的下颚会在呼吸间探出来。她的下颚经常会在有压力的时候出现这种状况，这对我们所有人来说是一个最初的信号，即她很努力地专注于某件很严肃的事情。她的下颚通常会像一个具有情感的罗盘会在磁场的风暴中移动指针那样依情况而有动作。当她的下颚探出时，说明她已经到了某处，而我们其他人却尚未达到，而当那下巴变软了的片刻之后，说明她已经准备好回来，而且做好了进行战斗的决定和计划。仿佛通过她的脸即能反映出她从分析到决定的全部路径。她跟我们共享这一决定。在那天，她明确表达的是：“我不会在这里停留很长时间，但你们最好待在这里。”我可以感觉到她的这种持续的期望。

生日会结束后，曼德拉的工作人员发出邀请：“你们能否在第二天与曼德拉一起喝茶？”太荣幸了！

曼德拉的家同我想象中的样子大相径庭。这里没有开阔的车道，没有成群的安保人员，没有传奇的建筑。车道很小，但很温馨，正门很漂亮，但只是家庭规模的，房子装饰着各色的艺术品。这是一个给人亲切而温馨感觉的家。访客有我母亲、我，以及特奥组织在非洲的领导人约翰·道以及他的妻子格洛丽亚。

曼德拉进入了房间，和我们热情地聊起来。他称赞格洛丽亚的美丽，开玩笑说，他希望在自己年轻的时候能够遇到她。他赞叹我的母亲过人的精力和迷人的笑声。他谈到，他与特奥运动员共处时多么开心。

对我而言，我想知道他如何成为自己想要成为的那种人。问题就这样脱口而出了："曼德拉先生，您能够同我们分享一下，您是如何成为现在这个你的吗？"我接着解释道："我们追随着您的事业，我们都读您的书，并且多次看过您的演讲，但我始终不明白，您如何能够拥有那么多积极的力量？"我似乎像一个溜须拍马的人。"当我们去罗本岛时，我不由得想起了来自那个地方的所有痛苦和恐怖。但无论你走到哪里，你的笑容都那么具有感染力，好像从未经历过苦难。非常抱歉问这样奇怪的问题，我不知道该怎么去表达。"

最后，我停了下来。感谢上帝。我不停地盯着曼德拉，等待他的回答。

"在监狱里，我们学会了两件事情：首先，我们了解了谦卑。当你被困在那里时，你会意识到，这场战争不是关于你的，其牵涉的层面比你个人要大得多。你只能相信奋斗，奋斗的过程比你自身重要得多。而且，真正的谦逊会带来一种自由。其次，我们学到了简单。在监狱里，我们要学会在艰苦的条件下变得快乐和满足，你几乎不需要任何外在的东西来满足自己。谦卑和简单。这就是创造出所有差异的原因。你必须带着谦卑和简单去生活。"

哇！这真是精辟。然后，我又冒出一句："曼德拉先生，我们不都希望成为这样的人吗？但很少有人会花27年在监狱里获得这样的宝贵经验。"

"你必须尽可能地找到它，蒂姆。尽管你是很幸运的，这些特奥运动员围绕在你的身边，我觉得他们非常明白这一点。他们也是领导者，看起来像是这样，对吗？"

这次行程的其他部分在我记忆中已经模糊了。我不记得这场谈话是如何结束的，我也不记得我是如何回答曼德拉的。我们拍摄了几张很漂亮的照片，用来做纪念，照片中的曼德拉光芒四射。

但这次会议的信物不是图片。那次行程对我而言最神圣的冲击则是那斟酌再三的话：谦卑和简单。谦卑即你永远都明白，有一些东西要比你自身宏大得多，你可以在那里找到自由。

不是所有从监狱出来的人都会像曼德拉一样，不是所有有智障孩子的家庭都能够找到通往和平和宽恕的路，不是所有信仰宗教的人都能够沐浴在爱中。许多人在遭受了牢狱之灾后会变得更加痛苦，充满怨恨和愤怒。

但是，许多人在遭受了极大的痛苦和孤独之后，却获得了真实和内在的力量。那么，曼德拉领导力的源泉是什么？他成为世界上伟大的领导者，是否是因为他相信这爱与光也存在于他人心中？

我相信是这样。

第16章 绽放生命

正如几个世纪前莎士比亚在《哈姆雷特》中所写的，“问题就在这里”。在我看来，活出完整的自己意味着为你的人生而战，直至死亡。应当生活在光明，快乐和信任中。

怎样才能做到呢？

人生的苦难萦绕在我们周围，尝试着去保护自己，不是更为明智吗？

每次当我这样想的时候，让·瓦尼埃就成了我的“引路人”。他说，同陌生人拥抱、握手，看着他们的眼睛微笑，就像在说“我爱你”，这是可能的。如果我们想要理解并信任他人，我们必须去实践它。

> 我们的幸福来自于创造出我们的地方，我们在这里欢迎世界各地的陌生人，并在具有同理心的世界里生活。我们的目标是结束“正常人”的专政，因为“正常”意味着有的人受到欢迎，而有的人则被拒绝。这里传递了这样一个信息：你需要遵循一定的方式，变得像正常人一样才会在这个世界上变得举足轻重。这个常态幽灵才是恐惧的来源。有什么能够比让一个人去做另外一个人更为糟糕的事情呢？唯一真正的常态是神的慈悲和怜悯。如果我们能够做到这种“正常”，那么我们以我们本来的样子彼此信任，那便是美丽、娇弱以及被爱。

当我听到瓦尼埃讲这些话时，84岁高龄的他正站在离他40年前所建立的凯旋门几英尺远的一个小教堂里演讲。很多特奥运动员都在场，他们都曾害怕“常态专政”。但瓦尼埃传递的信息是，我们必须学会爱生命中的每一个人，即便是敌人。可悲的是，残障人士常常会被当作敌人，被当作让人害怕，避之不及，讨厌的人。

起初，我对“敌人”一词感到疑惑。没多少人会将智障人士视为他们的“敌人”。为什么瓦尼埃使用了这个词？我一直认为，我的敌人就是那些做错了事情的人——那些对我的国家，我的家庭及对我犯下了极大错误的人。

但瓦尼埃精神仅侧重于外在的“敌人”，同时也指内在的“敌人”。“敌人是我们所恐惧的一切事情，残障是敌人的象征之一，尤其是当我们看到残障人士，看到脆弱、疾病、痛苦、绝望和死亡这些敌人的时候。我们应努力学习如何转换态度，去爱这些‘敌人’。我们欢迎你的破碎，你的牺牲，你的愤怒，你的恐惧，你可以生活在一个亲密友善的社区里；你能够全然地活

着，接受生命……学会爱自己的敌人等于放下所有的武器。我曾进行过最可怕的战斗——与敌人，与我自己。现在，我不再需要任何武器。我不再恐惧，我可以平静地活着。”

谁不想拥有这样一种信仰呢？谁能知道如何得到它呢？2000年秋天，我遇到了一位特奥运动员，他就是西弗吉尼亚州的丹尼尔·汤普森（Daniel Thompson）。我们第一次的交集源自于丹尼尔在电视上收看了“洛蕾塔·克莱伯恩的故事”，之后他突然给我写了一封信。在信中他写道：“看了这部电影之后，我觉得我知道自己是从哪里来的……我不是生来就被选中参加比赛的……洛蕾塔所经历的一切，我们都经历过，而且我们都曾受到过伤害。我只能希望未来我们可以看到这个世界的改变，看到人们爱我们真实的样子。”

在丹尼尔的信中，我明显看到了他所经受的痛楚和对将来的愿景，我立刻回了他的信。我询问了他的背景、他对运动项目的兴趣、他写这封信的原因、他生活中的目标，以及他在特奥运动会上的经历。我想问他，是什么让他抱有希望，以及他为何对未来抱有如此清晰和深刻的希望，期待有这样的一个时代——“人们爱我们真实的样子”。

丹尼尔和我互通了几十封信件以及成百上千封电子邮件，并成为特奥运动会的代言人。丹尼尔于1961年6月生于西弗吉尼亚州。他一生下来就有多种器官衰竭，并进行了多次手术。他的幸存让人们惊讶，但这并没有让他的生活变得容易。他直到4岁才会走路，上小学后才勉强会说话，时常进出医院。但他与同龄人一起从高中毕业，这让所有的怀疑者们大跌眼镜。

1999年，丹尼尔被特奥组织的西弗吉尼亚州分支选中去参加北卡罗来纳州世界杯的地滚球项目，这是他最喜欢的运动。他在家乡西弗吉尼亚州的布里奇波特的地滚球竞技比赛中获得了十余枚奖牌，他还牢记了特奥运动会的誓词：“勇敢尝试，争取胜利。”对这句誓词的意思，他也做出了自己的总结：“‘争取胜利’并不意味着胜利，而是让我竭尽全力去获取胜利。‘若争取不到胜利’，这意味着在竭尽全力之后做一个无愧于心的好运动员。而‘勇敢尝试’意味着让我尽己所能，克服一切困难，并且在这个过程中获得快乐。”

丹尼尔总是强调努力的重要性，并尽最大努力去尝试。他努力学习阅读，学习用电脑发送电子邮件，使用互联网浏览器。他告诉我，有一段时间他搬到了一处新居，那里的邻居组织了一次请愿会，要求把他赶出去。“我去了那里，在老年中心发表了讲话。我的演讲感染了一位前来请愿的邻居，她走过来跟我说话……现在她改变了想法，她开始为残障人士工作！”丹尼尔是一位真正意义上的战士，他专注于自己的目标，竭尽全力来达到目标，同时能够调整心态面对挫折。

丹尼尔常提及的一个故事是关于他的对手瑞秋的，她曾经与他在州冠军赛中争夺铜牌，并最终获胜。“我很为她开心，”他说道。我很难理解，像他这样一个坚韧的男人，怎么会为失败而开心。他俏皮地边笑边说：“她五年来没有赢过，我却赢了三金三银，她都想放弃了。她这么渴望一枚奖牌，而我却已经有了一堆。”

“但是，在通常情况下，”我说道，“胜利只是让竞争对手想要赢得更多。”

他看着我，就好像我是一个孩子，想要了解橡皮泥的魔法或是好奇乔治的恶作剧。“我当然是想赢一枚奖牌的，但我也需要考虑其他人的感受，蒂姆。看到她赢得了这枚奖牌，我很开心。我不知道为什么人们会使用类固醇这类东西来赢得比赛，你所需要的就是走出去，然后做到最好。你的系统中不需要类固醇这类垃圾，它们也不会让你战无不胜，你只需要尽自己的最大努力。瑞秋赢了我，她很高兴，我也一样高兴。”

丹尼尔·汤普森已经学会去平衡他对胜利的渴望和自己的信仰，他不需要通过赢得比赛来获得满足或快乐。多年来，他成为我最喜欢的导师之一，指点我如何努力让自己去实现平衡。此外，我会频繁地把他的邮件转发给家人和朋友，建议他们遵循丹尼尔的意见。我的弟弟安东尼请丹尼尔帮忙发展“最佳老友”运动，他回复说他将成为全美“最佳老友”聚会的最好演讲者和倡导者之一。丹尼尔会身着晚礼服出现在安东尼的晚宴上，发表简单讲话，让聚会上的明星和富豪们都感到惊讶。有一次，我的女儿凯瑟琳对我说道：

“爸爸，如果你觉得有压力了，就做丹尼尔好了。”

2007年春天，一切都改变了。丹尼尔如常发给我一封关于他在当地特奥运动会和“最佳老友”项目活动更新的邮件（他的邮件一向低调），但他在邮件中提到：“我希望我可以告诉你一些好消息，但一切都很糟糕。我下周五必须去做手术……昨天，我从医生处得知有患了结肠癌的标志……我还不能确定结果。我会让一切顺其自然，听天由命。我知道当你读到这里的时候可能会哭泣，但不要这样，因为我还没有哭泣，也不打算哭泣，因为我仍有信心……”

这个消息让我目瞪口呆。我直接致电给他：“发生什么事了？你确定吗？你的医生是名医吗？治疗情况怎样？”丹尼尔回答得很简单，口气很沉稳。“医生们告诉我，我现在可以不接受所有的治疗，看看之后会怎么样吧。”我跟他的医生谈过，也证实了治疗可能不会对他有太大帮助，因为癌症已经是晚期了，丹尼尔的决定是明智的。后来，我看到了丹尼尔写给医生的信：“我已经告诉蒂姆·施莱佛先生以及教会和我的家人，对不做化疗这件事情，我感觉很好，因为我想享受最后的时光，想要在温暖的日子

里散步。我想要一直这样生活下去，直至生命的最后一天，而不是整天都感觉自己在生病。所以就这样吧……”

丹尼尔要离开这个世界了，他感觉没事，我却接受不了。

几周后，我开车到西弗吉尼亚去看丹尼尔。几年前，我曾受他邀请开车前去拜访他，参加西弗吉尼亚夏季运动会的开幕仪式，我还做了一个简短的讲话，演讲中提到了丹尼尔。这是一次让人难忘的聚会。

但这一次，我是为了另外一个不同的仪式。

在西弗吉尼亚州，高速公路与大地相接，在群山、峡谷和河流中环绕，它像是失重而悬挂在这自然环境之中一样，一条条供行人往来的小路在树木和岩石间错落有致地分布，显得神秘却也直接。卡车会时不时地隆隆开过，但这些道路却像是那个世界的侵入者，从山中的一个隐蔽角落里探出头来，然后渐渐消失在其他的山中。在这条路上行驶了4个小时之后，我开到了去丹尼尔家方向的出口，并且离开了第79号州际公路——我希望可以在这条路上一直开下去，永远不要停止。我看了看前面狭窄的小路，它在山的一侧蜿蜒，一直可通向丹尼尔的家，我又一次想到了诗人希尼的诗：“不要想了，你不会下车捕获；所有这一切。你不在这里，也不在那里，在这一瞬间，你熟悉的和陌生的事呼啸而过……”在那一刻，我想要赶紧通过。

我开了几百码远，爬上了一座山，将所有的心思都集中在对车轮的控制上——“小心这即将到来的角落，蒂姆，有一些孩子可能会忘了这条路有两侧呢！”我根据指示标一直数着车道和房子，最后转入了一条泥土车道，然后再一次驶入了一条稍微有些杂草的草地车道。我将车停在了一个外观镶有铝边的单层的牧场屋前。这座屋子下方的山景非常迷人，它左边还有一个小谷仓，除此之外，便没有什么其他景致了。我到达后，丹尼尔从屋里出来，穿着宽松的蓝色牛仔短裤、白色袜子、灰色运动衫，戴着他那副又大又圆的有色眼镜。

我一路上都在担心，如何能够表现得自然一些，对丹尼尔身患癌症一事该说些什么。我的目的很明确——我要对一位年轻但却濒临死亡的朋友说再见。“我们去兜个风吧！”丹尼尔说道。转眼之间，丹尼尔和我就已经驾驶着两辆巨型沙滩车出发了。丹尼尔不知道我喜欢在树林里开卡丁车，骑迷你自行车或是骑马。我在洛克维尔长大，我的父亲允许我拥有一辆卡丁车，我的哥哥鲍比有一辆迷你自行车，我弟弟马克和安东尼则有一辆被他们称为“沙丘之猫”的高尔夫球车。儿时，我们经常开着这些车绕着我们的后院转圈，几十只狗跟在后面追赶。我们会进行计时对抗赛，进入树林中去冒险，并且，有一次，还直接开进了一个游泳池，我们把那水池当成了

施莱佛家的一处水产养殖地。

在那个9月的下午，当我和丹尼尔像两个小男孩一样，发动引擎，沿着土路开向山里时，他问道，“看到那个被遗弃的棚子了吗？”儿时的他会在这里露营，观察红尾巴鹰和鹿，或者什么也不做，只是静静地听树林的声音。之后，我们又再度出发，穿过一片开阔的空地，在山脚下行驶。

我记得当时我们驾车的每一个片段——道路坑坑洼洼，沙滩车色彩明亮，声响很大。“我们去喝一杯吧，蒂姆，”丹尼尔说道，“来吧，我带你看看我的房子。我希望你看看我的勋章和其他东西，你一定会喜欢的。”

在接下来的两个小时里，我们不停地聊着。我询问了丹尼尔童年的生活，幼年时代的疾病，他学生时代的朋友，他在特奥运动会上的发现，他的家庭与他的生活。“你在学校的时候，是不是受了很多苦？”

“没有，每个人都对我很好。大多数的孩子都来自附近，我们一起长大。”

“在医院的事情你记得多少？”

“记得在我小的时候，医生不停地让我住院，然后给我缝针：一次是肾脏，一次是膀胱，另外一次是大脑。他们告诉我的父母，我不会活过5年，但我却一直活到现在！”

“工作呢？”

“我曾在沃尔玛工作了一段时间，但在一年后离开，当时很多在沃尔玛工作的员工都会给我钱。后来我得到了政府补助，于是我返回沃尔玛，找到那些员工，想要把钱还给他们，但他们坚持不要，这真的很让人感动。”

“你从来没有过很多的钱，但这似乎并不会对你造成困扰，是吗？”

“我已经有很多困扰了。当谈到金钱的时候，唐纳德·特朗普（Donald Trump）就可以做一个例子。我想对他说：‘唐纳德，你声名卓著，有着很时尚、很富有的生活。但我想要你想象一下，你生活在一个黑暗的空间，周围空无一物，没有电话，没有手机，没有电脑，什么都没有，也没有朋友，不会有任何人前来拜访你。你一无所有，你只是独自一人待在狭小黑暗的角落，那里只有一张椅子。这就是全部。这就是一个身体有缺陷的人的生活状态。’”

“我还会对他说：‘突然之间，你醒了，你可以收发邮件，有人和你一起玩，生活变得充实起来。因此，唐纳德，我觉得你应该进行捐赠并且帮助别人，这样你会感到快乐，你甚至也会获得减税！’”

对于黑暗空间这一话题为我带来的意象是我没有预想到的。当他开始谈论黑暗空间时，我先是想到一位在安静空间中沉思祈祷的人，然后是内在的平和，无限的虚无。但当他继续谈下去的时候，我意识到他所谈论的是另外一种黑暗空间——虚无的空间，在那里虚无不是一扇敞开的门，而是一堵砖墙，是孤独的监狱。我曾听许多人提及这一问题，但他们从未像丹尼尔这样坦率直接。“什么都没有”与其说是对内心平静的一种描述，不如说是一种内在的绝望。我意识到，丹尼尔也曾有过孤独寂寞的过往。我想到了先知以赛亚（Isaiah）的诗歌中描述了一位受苦的仆人：“他被藐视，被人厌弃，饱受痛苦，常经忧患。人们视而不见，如若不值一物。”丹尼尔的信心并非凭空而来，他也曾付出过很多，他知道“全然孤独”的含义。

丹尼尔描述了一种孤独和绝望的经验，但他必须克服这些问题，从而达到最终的幸福和信任。“你必须消化它，”他解释说，“你必须让它深入你的内心，这是你必须要经历的，你必须让自己的头脑放松。你必须让黑暗进入你的头脑，然后你才能真正明白它。你知道吗？”丹尼尔进入黑暗空间去找寻信念的旅程并非一时的冲动，他是有意为之，他在上面倾注了所有心力。

“所以有时候，事情也不一定都有好的结果。”我说道。

“对的。”

“就像你得了癌症。”

“对。我的意思是，我希望医生能够及时找到肿瘤，而不是等到肿瘤扩散时才发现。但他们没有。人生没有倒带，只能向前。我选择不化疗，是因为医生说化疗只能保证延长两年的寿命。我的祖母接受了化疗，而且医生保证化疗后她可以再活6个月，但她只撑了6周。所以，我考虑了所有的因素，我一次又一次祈祷，然后我做出了这个决定，这是最好的决定。我放松下来，不做任何化疗，只是生活在平和之中，顺其自然，我相信，我做出了正确的决定。”

“但这结果并不是你想要的。”

“是的，不是。”

“你知道这是令人失望的，这令人心碎……”

“是啊。”

“那你还在祈祷吗？”

“是的，因为我有信仰。”

“你是怎样祈祷的？”

“我说：‘主啊，请给我指引，告诉我，你想要让我走的路。’”

“你感觉到主对你说什么了吗？”

“是啊。上帝告诉我：‘不要做化疗，这会使你生病——因为化疗是有毒的，它会破坏你的器官。’”

“那你有没有问过上帝，为什么上帝要让你经历这一切？”

“没有。我从来不问。”

“你有没有想过要问上帝这个问题呢？”

“没有。《圣经》告诉我们，万物终有时。你知道，一切都有始有终，万物终有时。”

“没有信仰的人是否问过你，如何才能获得信仰？”

“我会告诉他们，他们需要相信神是真实存在的，他们需要找到上帝。”

“如果有人问你，你怎么知道上帝是真正存在的呢？你如何证明神是真实存在的？”

“千真万确。我本人就可以证明！比如，我所拥有的勋章和奖杯，我在教会中所获得的奖项，还有一些救援奖以及特奥运动会露营奖。上帝让我找到对的人来帮助我，我的身上经常会有奇迹发生。”

“嗯，嗯。”

“你知道吗？朋友们正在为我祈祷，我觉得这挺好的。”

“你觉得会有作用吗？”

“我不确定，这取决于上帝。不管上帝为我做出什么选择，我都接受。”

在我拜访丹尼尔的几周后，他便去世了。他的信仰植根于《圣经》，他不仅阅读了这本书，还试图探寻神的存在。他敞开胸怀，他相信爱比恨更强烈，相信信任比恐惧更有力。“不管上帝希望我过怎样的生活，我都顺其自然。”

在丹尼尔去世后的几日，我一直在为他祈祷，我明白，“工匠丢弃的石头已成了房角石。”丹尼尔的生活中充满矛盾，你认为已经坏了的东西，实际上却异常美丽。这种美丽是神赐的作品，若我们用爱之眼去观察，那么凡人也可以看到，这一破碎之物会转化为某种“美不胜收之物”。随着我们的心转到这个美丽的方向上，我们便开始看到美的事情，然后欣赏到美本身。丹尼尔曾有过各种苦痛挣扎，但他已学会像瓦尼埃那样，去爱他的“敌人”，并通过它们找到自己通往胜利和欢笑之路。他带着信任、和平和温柔，看到这世界的安宁。

丹尼尔去世后两年，我的母亲也与世长辞。她最后一次参加的特奥运动会是在中国上海开展的，当时的中华人民共和国主席胡锦涛也同她一起为这次盛会而庆祝。胡锦涛主席宣布：“中国政府和人民将借此契机为谋求中国残障人士的福祉而努力，同其他国家的政府和人民共同努力改善世界各地智障人士的生活，为建设繁荣、和平的和谐世界做出贡献。”我母亲那时已经86岁了，她不再参与赛事活动或是进行演讲，但在我看来，她比以前获得了更多的快乐。

上海特奥运动会的现场有成千上万名鼓手，宏伟壮观的场景勾勒出人们对寻找团结和谐的期待，烟花和灯光表演让人震撼。来到现场的有姚明、马友友、郎朗和成龙等名人，成千上万名中国志愿者参与其中。当我母亲在舞台上被人们认出时，她站了起来，8万名观众也站了起来，并挥手致意。我发表了简单讲话，并引用老子的话，“天之道，利而不害”。我看到我母亲的脸出现在大屏幕上，人们不停地为她而欢呼。

布鲁克莱恩距离上海很远，但就是在那里，我的母亲听到了我的外祖母那孤独的声音，她说：“罗斯玛丽什么都没有。”这句话影响了她的一生。

在母亲的生命即将结束之时，尽管她已做了诸多工作，但她依旧担心她此生未能做出更多有意义的事。“您应该写一本书。”在她去世前一年，我对她说。“我没什么好写的，”她回答我，“我所做的一切就是教那些智力有缺陷的孩子去游泳。”

在她生命的最后时刻，她的丈夫、5个孩子以及他们的配偶，还有19个孙子孙女都围绕在她的身边。她的人生比赛结束了，她已经准备好了去往天堂，这是她一直以来笃信的人生目标。

这就是我母亲的一生。她留给世人的最伟大的礼物便是让丹尼尔、洛蕾塔、多纳尔、珍珠、拉马扎尼以及数百万的智障人士拥有正常的生活。我相信，她最伟大的礼物是留给我们的，她教会了我们关心爱护这些人，她教导我们参与特奥运动会。这样，我们便可以了解到神的每一个孩子都是美好的礼物。

第17章 攻下城堡

1962年10月19日，约翰·肯尼迪总统出席了一个在俄亥俄州克利夫兰市的公共广场举行的竞选活动。他此行的目的是支持他的民主党同僚——俄亥俄州州长迈克尔·狄塞乐（Michael DiSalle）再次竞选，并打败其强劲的共和党竞争对手。当时，狄塞乐在其担任州长的第一个任期内坚决反对死刑，并努力用纳税人的钱为“智障人士”提供更广泛的服务，这些政策引发了广泛的争议。距离选举日仅剩两周了，民意调查显示狄塞乐远远落后于对手，此时肯尼迪总统前来鼎力相助。

总统来此还有另外一个原因。他正常出席日常活动，以此来掩盖一个秘密——美方近期发现，苏联的洲际弹道导弹被部署在古巴的圣克里斯托瓦尔，那里距离美国海岸近90公里。那一周是肯尼迪任总统以来形势最紧张的一周，也是美国历史上最危险的一周。就在克利夫兰市集会的两天前，肯尼迪总统收到了一份情报简报，其中有不可辩驳的证据表明古巴正在兴建核导弹发射基地。肯尼迪总统立即会见了军方高层指挥官，为此事可能造成的一系列后果做准备，例如苏联若对美国进行核打击怎么办，如果与苏联发生核战争怎么办等。他下令对古巴进行封锁，并命令美国的核武器库做好准备。封锁开始时，美国国务卿迪安·腊斯克（Dean Rusk）对世界范围内的各国领导人发出警告，称“这是人类陷入的最严重的危机”。苏联总理尼基塔·赫鲁晓夫（Nikita Khrushchev）发出威胁，称“这会带来灾难性的后果”。世界人民命悬一线。

但这样的威胁并未被公之于世，肯尼迪总统的日程安排也远不是核能大战前的安排。他来到克利夫兰市是为了支持政府行动主义者以及狄塞乐在俄亥俄州的选举。几天前，他收到了一份来自研究智障问题的专家组的报告。这份报告证实，为残障人士和智障人士群体所建立的、由联邦政府资助的研究所、训练机构、治疗与关护机构以及社区支援机构的数量有了极大的增长。狄塞乐是为数不多的非常重视该问题的一位州长。

就在一个月之前，报道称哥伦布州立学校（前哥伦布州立收容所）的一个名叫尤金的21岁智障男子，被人用草耙和成捆的铁丝毒打。令人遗憾的是，发生在尤金身上的事情也许在美国十分普遍，只是没有人知道或者没有人在意罢了。当肯尼迪总统在中午的集会上为支持狄塞乐发言时，他敏锐地发现，人们对于生活在诸如哥伦布州立学校这样的机构里的群体并不十分关心。但是，由于总统专家组现已完成报告，并提出了全面的建议，因此肯尼迪总统准备对此采取行动。

肯尼迪总统请克利夫兰市的市民看一看美国所面临的挑战有多么严

峻："你们知道吗？如今美国大约有3%的儿童有智力障碍。"他还列举了一些国家减少此类悲剧发生概率的措施，比如在瑞典，有效的孕产妇保健体系已经就位，且该国对于智障患者的早期治疗和教育给予了更多的关注。"你能想象到吗？"他接着说道，"我们国家有2%的智障儿童本能够得到救助，只要我们制订相关的计划并意识到他们确实需要这样的救助……"

他直视人群，声音提高了一个八度，说道："对于曾经见过生活在黑暗中的孩子的人们而言，在一个像我们这样富有的国家，人们无法为自己的漠视辩白。"

"大家能想象到吗？"肯尼迪总统接着问。他当然能够想象得到一个国家会如何拒绝处在社会边缘的人们可以拥有的权利和特权，因为他就成长在这样的一个国家中。他知道忽视这些所带来的代价，他知道需要做的事还很多。

但是他也能够想象得到一个国家如何要求其人民为国家做出贡献，以此回馈人民，让人民做最好的自己。正如他在就职演讲中所说，他是一个被"战争磨炼而成的"政治家，但是他不仅被脆弱的全球和平局势塑造着，也被他那位脆弱的姐姐所带来的快乐塑造着。在克利夫兰市，他隐晦地重复了其就职演说的主题——能否获得自由，取决于人们对于"不受约束地相信我们会有一个更公正的未来"的信心，取决于人们能否不加粉饰地去面对不公正所带来的恐惧，以及由此引起的伤痛，取决于公民是否愿意用力量与爱去创造一个更加公正的社会，取决于大家是否愿意舍己为人，并从中得到真诚与快乐。

60多年来，我母亲将罗斯玛丽姨母带回到正常的生活轨道上——先是将她的存在公开，继而力排众议，为像她那样生活在黑暗中的人送去光明。生活中的阴影其实源于我们自身，我们所试图掩饰的东西也掩盖了我们自己，我们所恐惧的东西制造了恐惧，导致我们无法自爱的东西同样导致我们无法爱别人。唯一的办法就是将光明射向黑暗，只有当生活的阴暗面被揭开、被接纳时，幸福才会到来。

我母亲开创的事业吸引着一代代的新人开启全新的发现之旅。如今，在全球范围内，志愿者参与到特奥运动会的事业当中。在欢笑和眼泪中，特奥运动员告诉我们，每个人都能够成为最理想的自己，每一个人都应该坚定并且快乐地活出真我。

我们只有直面恐惧，才能打破并击败它们。当我们战胜了恐惧，就能自由地做自己，并且自由地发挥自己独有的天赋，追求梦想，自由地寻找心之归处，无私地奉献社会。

目前，已有超过一万名医务工作者参与到特奥运动中来。史蒂夫·帕尔曼和保罗·伯曼开创了“运动员健康计划”项目，他们为特奥运动会提供全球免费的医疗服务，他们伸出了援手，重塑了信仰。

我想，这就是在世界范围内，成千上万个非残疾的学龄青年在他们的学校或社区参加特奥融合运动项目的原因。一个由我的儿子蒂姆以及他的朋友瑟伦·帕伦博（Soeren Palumbo）、洛蕾塔·克莱伯恩、演员艾迪·巴巴内尔（Eddie Barbanell）领导的团队终结了羞辱性词语“弱智”的使用。他们尽力去改变人们的态度。

每年，中国和印度都有超过一百万的运动员参加特奥运动会。我想，这就是为什么在世界范围内，数万名的执法人员要通过传递特奥运动会火炬来募集资金并提升尊严。我想，这就是为什么志愿者不断地参加在诸如黎巴嫩、摩洛哥、卢旺达、马拉维、阿富汗以及缅甸举办的特奥运动会。在这些国家最贫穷的村子里，志愿者们汇聚一堂，准备比赛场地，邀请各个家庭参与到相关工作中，在智障人士的带领下，对任何愿意倾听的人展示他们自身的才能——进而展示我们所有人的才能。随意挑一天来做志愿者吧，很有可能机会就是你的。你来到这里也许付出的是你的时间，但是在你离开时可能会相信某些超越时间的东西。

我认为这些志愿者们的共同之处在于他们敞开了心扉，这就足以让人们看到，一个充满信任的世界才是他们希望生活的世界。在刹那间、眨眼间、微笑间、每次欢呼间，通过这些最纯美的方式，他们能够再次发挥想象力，这不是孩提时的那种第一次去想象，而是成年人的想象，自由地去相信他人，自由地去爱，自由地去追随信念的脚步。讽刺的是，我们中的很多人是通过这些似乎代表我们内心最阴暗的怀疑与恐惧的特奥运动员，才知道彼此间需要相信。通过他们，我们突然间不再感到那么害怕了，而突然间对于生活中不可思议的美更具信心了，这简直太神奇了。

阿尔伯特·爱因斯坦（Albert Einstein）曾经写道：“神秘感是真正的艺术和科学的根源。”爱因斯坦对保持神秘感的重要性推崇至极，我认为这是正确的。“一个不知晓神秘感是何物、不再能够思考的人，无法对任何事情感到惊异，这些人就如行尸走肉一般，油尽灯枯。”即便对于像爱因斯坦这样伟大的科学家来说，“思考”和“惊异”不仅是物质世界的源头，更是当我们内心追求真正完满的生活时，令人欢欣的回报。神秘感不是混乱不清的，不是不明确的，而是我们无法完全理解的明晰之物。爱因斯坦意识到：“感觉到有我们无法参透的东西存在，感觉到那种只能以其最原始的形式为我们所感受到的最深奥的理性和最灿烂的美——正是这种感觉和这种情感（即神秘感）构成了真正的宗教态度。”这也是特奥运动会理念的核心。

我在自己的人生之路上遇到过很多英勇的人，他们绝对值得写进书中，例如，埃及特奥运动员穆斯塔法·加拉尔（Mostafa Galal）。在我为中东及北非地区运动会第一次到访贝鲁特时，我还带着走进战区城市的恐惧。当我来到位于市中心的酒店时，穆斯塔法跑向我，给了我一个大大的拥抱，他亲吻了我的双颊。他似乎知道亲吻可以让我紧张的神经得到放松。还有克里希·里维拉（Chrissy Rivera），在2011年，她三岁的女儿阿米莉亚由于“智力发育迟缓”而被拒绝实施器官移植手术。克里希奋起反击，最终让女儿获得了治疗，挽救了她的生命。来自菲律宾的莎莉·阿尔蒂诺（Sari Altino），在特奥运动员健康诊所收到了一副眼镜，在人生中的第21年，她第一次能够看见东西了。她惊呼道：“我能看到你了，妈妈！你真美！”

他们的故事能否引起共鸣呢？对此我毫不怀疑。据估计，在发展中国家有超过95%的智障孩子无法上学；甚至在最富有的国家，智障群体的常规医疗需求也无法得到保证。智障人士和他们家人最常面对的命运便是陷入孤独。我们还没有意识到固有偏见的严重性，我们也没有增加为这类公民以及他们家人而开展的民权运动。恐惧而产生的痛苦并未停止，我们的工作远未结束。

每个人都在找寻自己，找寻我们认为是“更重要的事情”，我们渴望有一个榜样能够告诉我们如何得到这些东西。抓住机会，相互信任并相信自己的梦想——这令人畏惧。但是，充满恐惧、没有希望的生活更加令人畏惧。所以，为何不试着效仿那些不虚度此生的人呢？我们中的一些人渴望在更大的政治舞台上和社会变革中有所表现，另一些人渴望在学校或者社区有所作为，还有一些人想要反观内心并自我治愈、找到心之归属。我们身边并不缺少这样的榜样，只要我们能够发现他们，并且相信自己。

秘诀在于“相信”。当然，相信并不容易，但是幸运的是，我们有韩蓉芳这样的榜样。她是一名中国母亲，20多年前她生下了一个智障的男孩，她为此哭了好几天。

“在孩子成长的过程中，我感到很孤独。”她回忆道。其他家长不让自己的孩子和她的孩子玩耍，朋友们都抛弃了她，他人的目光给她带来了“无尽的痛苦”。蓉芳说：“在我生活的地方，如果你有一个有残障的孩子，人们会认为是你上辈子造了孽。但是，无论如何，我必须尽力……我的儿子是一条生命，也是一个人，我不能放弃他。”

因此，她直面恐惧，她拜访了一些智障孩子的母亲，向她们请教，并成立了一个小组向当地政府部门寻求帮助。在这期间，她参加了特奥运动会的活动。“真令人难忘，”她说道，“我看到很多志愿者都来帮忙，大家都开心地欢呼起来。”虽说特奥运动会使她看到了希望，但是每天她都在为她的儿子无法拥有的一切忧虑——他没有朋友，没法上学，没有任何机会。

几个月之后，她决定更进一步，向当地政府求助。“我有一个特殊的孩子，”她实事求是地说道，“我想要帮他。我希望这个社会能接受他，这是我人生唯一的目标。”

蓉芳的人生体现了何为不虚此生。上天赐予她这样一个孩子，她选择了接受了这个馈赠，并且为了儿子创造更多的机会。“我径直走进政府办公室，我走向我见到的第一个人，并告诉她：我希望政府能帮帮我们的孩子。”

当蓉芳讲述着当时的场景时，她咯咯地笑了。“我拿出智障孩子家长的名单，我们想要为孩子们设立一些项目。当最后一个走进房间的官员听了她的故事后，他说：‘你真是一盏明灯。’我几乎要哭出来了，但是我强忍住了泪水。他答应我，会和我一起努力，而他也确实这样做了。这让我又高兴又自豪。”几个月之后，蓉芳为她的儿子和其他智障儿童争取到了兴建一所新学校的许可。她的坚持让梦想成真。

再举个例子。在亚利桑那州凤凰城的克里斯中学，一个青年领导人小组和他们的特殊教育老师迈克尔·维克福德（Michael Wakeford）在三年前发起了一个特奥融合运动项目。他们希望招收大约25个智障学生以及25个正常学生，在课后进行体能锻炼和训练。这50个孩子将一起玩耍、培养感情、了解对方。“维克教练叫我去试一试，我便参加了这个项目，”科林·戴维斯（Colin Davis）说，“在我参加之前，我真的什么都不懂。但现在，我结识了这些孩子们。特莱文·温博利（Treveon Wimberly）是我的朋友，他也是我最好的朋友——就算他不能说话又怎么样呢？我根本不在乎这个。”

融合项目的孩子们发明了一种六步舞，并以学校的吉祥物“小狮子”命名。很快，狮子舞便传播开来，校篮球比赛、舞会、集会这些学校最大型的活动都被联队孩子们表演的狮子舞“垄断”了，狮子舞已成为克里斯中学的标志。

第二年，维克福德教练创建了一门名叫“融合运动”的学分课程，研究残疾与包容的社会和文化。这是一门选修课，要求学生填写一份长达7页的申请表，每个学期都有将近50名非残障学生申请。这些学生为自己编写了一句座右铭——“我们有能力”，并为团队设计了队服，把这句座右铭印在了胸前。他们没有想到，这些与“智障”儿童相关的T恤衫竟成为学校里最受欢迎的服装。第一年，他们几乎卖出了400件。患唐氏综合征的孩子与校队的运动员一起玩耍，患自闭症的孩子与将要走入精英大学的孩子一同吃午饭，坐在轮椅上的孩子与学生会成员一同穿梭往来于走廊里。

在2013年的毕业典礼上，科林和特莱文将“我们有能力”这句口号提升到了

一个更新、更高的层面上。特莱文需要依靠轮椅行动，他是一个擅于沟通的人，但是他不需要用语言来沟通，而是利用他生动的面部表情、肢体语言以及即兴的声音来传达信息。因此，在高三那年，他把自己的愿望告诉了他的联队伙伴科林——他想要在毕业典礼上走上舞台接受毕业证书。从此，他们一同投入到身体锻炼当中。从医学角度看，特莱文要想站起来并走路是不可能的，但不管怎样，他们都决定试一试。整整一年的时间，他们每天都在努力，没有一天例外。

2013年5月16日，毕业典礼那天，科林站在特莱文的身后，推着他走上舞台。之后，特莱文拄着拐杖从轮椅上站了起来，所有的学生都为他欢呼、尖叫，为他加油。特莱文走了大概三步。杰夫·伍顿（Jeff Wooton）校长给他颁发了毕业证书，他向同学们挥了挥手，他每走一步科林都在旁边扶着他。这个时刻，他俩共同成为克里斯中学的象征，象征着学校在文化上的团结奋进。

信念和奋斗能够让人做出惊人的改变，能够催生出惊人的机敏与活力。伟大的作家爱丽丝·沃克（Alice Walker）说：

> 在任何一种形式的奋斗过程中，总有一刻会让人们觉得青春正盛、充满朝气、富有活力……成为这样的人或者是见证任何一个人处在这样的超然时刻，都意味着通过大胆比较从而明白人是怎样与神相关联的。在我接触那些致力于改变世界的人们的日子里，我看到恐惧如何化作勇气、悲伤如何化作快乐、葬礼如何化作庆典。无论结果如何，人们都互相支持，告诉他人真正的自己是什么样的，告诉他人他们最终会相信这个世界以及彼此带来的爱，这足以让他们做回真正的自己。

沃克让我们想起了特奥运动员和他们的家人教会我们的道理——当我们共同努力时，我们认识了他人，也找到了自我，这才是真正“重要的事”。最后再讲一个故事。约翰·弗兰克·史蒂芬斯（John Frank Stephens）出生在阿肯色州，他生来就患有唐氏综合征，他们一家于1996年搬到了弗吉尼亚州，他在公立学校上了学，并作为一名优秀运动员从尚蒂伊高中毕业，之后在特奥运动会上参加了篮球、高尔夫球、垒球和其他项目的比赛。如今，他名片上的称谓是“演员、作家、倡导者”，而且每一个头衔都名副其实。

几年前，他带领一个倡导者代表团来到国会山，与参议员、众议员以及主要政策的制定者们一同参加为期一天的会议——为倡导健康、建立更多具有融合教育机制学校以及在全球范围内为推动特奥运动会筹集更多的资

金。

尽管弗兰克和他的同事尽了最大的努力，但是他们只成功了一半。国会山之行令人失望，大多数议员均客套地拒绝——“国会议员感谢你们的提议以及光临，他会考虑的”，“参议员想要让你们知道，他有多么感激你们的工作，他希望能做得更多”，等等。

当漫长的一天结束时，运动员、志愿者以及家属团队聚集在众议员大楼的一间多功能厅参加了招待会。我们来到了一间听证会议室进行讨论。民意代表受邀前来与我们会面，和我们分享了他们的意见。众议院的一名民主党领导人斯蒂尼·霍耶（Steny Hoyer）顺路到访招待会，并谈到了其对运动员们的钦佩。来自密苏里州的共和党人罗伊·布兰特（Roy Blunt）也到访并讲述了他支持制定特奥运动会法规的愿望。残障人士领导人、汤姆·哈金（Tom Harkin）参议员表示他愿意无条件支持。我的表弟帕特里克·肯尼迪——这位来自罗德岛的众议员走了进来，他力劝大家要更努力，多游说。“美国国会能够也必须做得更多，”帕特里克表示，“当精神疾病患者和智障患者在这个国家被当作二等公民来对待时，我们不能袖手旁观，我已经准备好与你们一起斗争。”大家都为此而欢呼。

正当我们要总结陈词时，我向大家提出了最后一个问题：“请问哪一位想要最后建言献策？”这时，弗兰克·史蒂芬斯走上台来。

他开始了他的演讲：“我想说我很高兴来到这里。”毫无新意。典型的问候语。弗兰克没有拿演讲稿，他感谢了他的父母，然后对来自家乡弗吉尼亚州的志愿者们表示了感谢。他谈及了他所热爱的运动，当他说到自己赢得了多枚金牌时，他开怀大笑。

“有些人……人……人们觉得我……是残疾人，成为我们这样的人很倒霉。有些人甚至觉得我们不应该来到国会山，因为我们无足轻重。有些人甚至觉得——”

弗兰克停了下来。他环顾了一下会议室。这个间歇长到甚至让我觉得他需要帮助。他凝视着大家，深吸了一口气说道：“他们甚至觉得我不应该活着，这才是我来到这里的原因。”

然后，他提高了声调，加快了语速。“我来到这里就是为了告诉所有人……我的人生是有价值的！我的人生是有价值的！我的人生是有价值的！”会议室里没有一点儿声音。弗兰克把话筒拿得离嘴更近。“我热爱我的生活！我的人生是有价值的！”

几年之后，我和弗兰克以及其他几十名运动员来到白宫参加奥巴马总统签

署一个关于把“智力缺陷”这个词从美国法律中去除的法案的仪式。这对我们这一群体来说是一个胜利的时刻。人们听到了他们的心声，国会做出了行动，“智力缺陷”这个词所带来的令人痛苦的耻辱将永远从正式语言中去除，奥巴马也正在签署法案，使之成为法律。之后，奥巴马总统做了简短的发言。“罗莎法律”正式生效。

当仪式结束后，我把大伙儿召集在了一起。我在白宫外叫了两辆出租车，开始招呼第一拨人上车，就在那时，我发现弗兰克不见了。

我惊慌地请求特勤处帮我找找弗兰克。“他一定在这儿，”我说，“他叫弗兰克·史蒂芬斯，他还没有出来。他没有手机，也许他在洗手间或是在其他什么地方，但是他一定在里面。”

20分钟后，我看见弗兰克从白宫的侧门走了出来，一边跟着一个保安。

他笑容满面，那两名保安也是如此。我松了一口气，那种感觉简直难以言表：“弗兰克，你去哪儿了？发生了什么？”

他看着我，脸上带着顽皮的笑意，目光特别温柔：“蒂姆，白宫里面真漂亮。”

弗兰克热爱上天赐予他的生命，而且能够看到身边的美。神秘主义者圣凯瑟琳说：“如果你成为一个你注定要成为的人，那么世界都会被你照亮。”

这就是最后一课。当你成为你注定要成为的那个人时，那么这个世界就是美丽的。打开心扉，你就会照亮这个世界。

多年以前，洛蕾塔教给了我她关于“照亮世界”的口号。在演讲与开会之间的那几天里，她正住在我们家。一天早上，正当我要带孩子们上学时，洛蕾塔转向凯瑟琳和卡洛琳说：“凯瑟琳、卡洛琳，一会儿见，不要忘记攻下城堡哦！”

从那天之后的每天早晨，我都会向孩子们大声喊：“攻下城堡！”我的小女儿卡洛琳出生后就参与到特奥运动会中。如果你成为你注定要成为的那个人，那么你就能深深地感觉到你这一生是多么珍贵，多么有价值，然后，你就会攻下生命中的各个城堡，照亮世界。

洛蕾塔告诉我们所有人，抚慰与接纳之路充满挑战，等待着我们去战胜这些困难。她告诉我们，不要惧怕矗立在我们面前的任何一座城堡。她告诉我们，要向前冲，用坚定的信念面对挑战。

因此，无论你身在何处，无论你做什么事情，在你身边都有一座城堡，只

有你自己才能攻下。不要再迟疑，树立目标，鼓起勇气，迎接挑战。只要你积极参与这个竞赛，并且心怀信念，就一定能够赢得最重要的那块奖牌。

关于语言的注释：视我为能者

在本书中，我分享了许多活出完整的自己的英雄。

当我还是个孩子的时候，我经常听到“智障人士”这个词，并认为“智障”一词在医学和政治上都是准确和公平的。在我出生前，“白痴”“低能者”和“傻瓜”都是可以接受的，它们被用来描述人们对智商或“心理年龄”评估的结果。“残疾的”“残废的”“不正常的”“可教育的”“可训练的”和“有缺陷的”等词语都曾经被使用过。在世界上的众多语言中，比较性词语在今天仍然普遍可见。目前仍存在“缺陷学”学院以及为治愈疾病或驱逐恶灵而对智障人士实施强奸和攻击的“仪式”。

在撰写这本书时，我选择用多个词语来识别世界上的约2 500万名智障人士。在选用历史资料时，我保留了最初的语言，即使这些语言按照今天的标准来说具有攻击性。在审阅这段历史时，我希望避开这些词语或减轻它们传达出的恐怖，但它们是真实存在过的，所以我保留它们。它们是这个世界的一部分——痛苦的一部分。

在撰写关于现状的内容时，我选择使用通常被接受的词语——“智力缺陷”。有人更喜欢扩大该定义，如“发育残疾”，这个词语包括了像智障人士一样面临许多挑战但未必有智力障碍的人。十多年前，我开始使用“残障”一词来强调人类能力存在的广阔多样性，希望传达出这种差异是“普遍存在、范围广泛和受到欢迎”的意义。

致谢

这本书是我向世界上最杰出的人士表示感谢的尝试。我无法一一列出他们的姓名，无法在字里行间捕捉他们的馈赠，也无法历数他们给予我的祝福，但是如果这本书中有任何有价值的东西，都是因为有这么多人如此努力地教导我如何活出完整的自己。

这本书最早的灵感来自我的父母萨金特·施莱佛和尤尼斯·施莱佛，他们是有信仰，并且充满爱心的人。我的父母给我的最大礼物是信仰。紧随父母之后的是我的同胞手足鲍比、马克和安东尼以及我的妹妹玛利亚。我爱他们所有人。

当我在康涅狄格州纽黑文市开始我的职业生涯时，我对“活出完整的自己”的理解变得更加深刻。我遇见了让我欢笑、思考、哭泣的教育工作，并首次爱上了它。鲍勃·布朗、爱丽丝·金纳德、里德·费德拉梅和安妮·费德拉梅、约翰·道、罗莎·克萨达、伯特·格拉斯曼、本·亨特、哈利·里德、卡尔·马洛特托罗、伯特·萨克逊、温蒂·萨姆伯格、旺达·吉布斯、厄尼·罗斯、布里吉特·哈代、穆斯塔法·阿卜杜勒–萨拉姆、桑迪·怀特、朗尼·加利斯、盖瑞·海史密斯、卡罗尔·德法尔科、米奇·卡瓦纳、米里亚姆·卡马乔、迪伊·斯皮兹–莱恩汉、威利·埃尔德和凯伦·奥康纳都曾教导我如何教学、如何倾听、如何欢笑、如何阻止学生打架，以及如何从小事做起。他们以我最需要的方式辅导我，这本书中关于学校的课程都是他们教授给我的。

我还与许多充满魅力的年轻人一起工作：查尔斯·索尔特斯、斯蒂芬妮·洛基特、凯文·赫卡比、杰弗里·琼斯、罗利·迈尔斯、塔什娜·米德尔顿、马克·怀利、南茜·卡托、洛琳·威尔逊、塔尼娅·巴斯金、达雷尔·米奇、拉蒙特·扬、拉蒙特·汉密尔顿、汤姆·威尔金斯、黛德丽·贝利、梅德莉亚·布鲁、卡维尔·戈德博尔特、詹姆斯·威尔金斯、丹尼尔·金伯、玛琳·加纳迪、道格·贝思、韦德·西蒙斯、马奎斯·巴斯金，他们鼓励我诚实地看待这个世界，学会如何做到真实、尊重和倾听。我希望这本书能够反映他们的慷慨和真诚。

杰米·普利斯牧师、乔·柯孟查克牧师、斯蒂芬·哈佩尔牧师、耶稣会士伯纳德·朗尼根、理查德·罗尔牧师、辛西娅·布尔若牧师和马丁·莱尔德牧师是通过教学、写作和祈祷，尽其最大努力教会我如何从神圣的中心思考和生活的人的代表，他们指引我学会理解伟大的奥秘并追随我的内心。

我还向各种精神导师孜孜求教，他们用宽大的胸怀对待我的各种疑问。多年来，理查德·拉塞尔牧师、马丁·科廷牧师、何塞·萨拉萨尔牧师、乔·埃尔

克牧师、理查德·弗拉格梅尼牧师、贝莎·科利、莫德·利尔、艾拉·史甘都贝里、珊迪·尼尔逊、莫里斯·谢泼德牧师、派翠西亚·梅森、弗农·琼斯、弗雷德·史密斯和安娜·史密斯、丹·桑托斯、耶稣会士马克·霍拉克、耶稣会士格雷格·申登、耶稣会士里奥·穆雷、约翰·恩茨勒牧师、珀西瓦尔·德席尔瓦牧师以及华盛顿特区圣体圣事教会、三位一体天主教会和纽黑文市圣马丁教会的良善之人，他们教会我在精神领域不断追求。

我对儿童发展概念的理解受到世界上几位最著名的学者的启蒙。詹姆斯·科默博士、唐纳德·科恩博士、埃尔·索尔尼特博士、芭芭拉·诺德豪斯、埃特·伯克、珍·艾德诺波兹、伊丽莎白·戴肯斯博士和玛丽·施瓦布·斯通博士都曾欢迎我加入耶鲁儿童研究中心。我那近30年的朋友和合作者罗杰·韦斯伯格博士和埃德·齐格勒博士曾是而且一直是心理学和行为领域中旁人难以望其项背的学者。在耶鲁大学神学院，德韦恩·希布纳（Dwayne Huebner）首先向我解释道，教育在于“对卓越人士的诱惑”。我从未忘记他们在努力帮助我由内而外地理解儿童问题时的慷慨。

我要感谢纽黑文公立学校的同事；还有CASEL团队的琳达·兰提尔瑞、马克·格林伯格、戴夫·史路特、艾琳·格罗沃尔德和丹尼尔·戈尔曼。该团体迅速发展，已有许多杰出教育工作者、学者加入，如莫·伊莱亚斯、大卫·霍金斯、史蒂夫·阿诺德、诺里斯·海恩斯、珍妮特·帕蒂、乔·津斯、埃里克·斯卡普斯、安·内拉德、辛西娅·科尔曼、谢莉·伯尔曼、琳达·达林·哈蒙德、拉里·亚伯、卡尔·科恩、琼·隆巴尔迪和詹妮弗·巴菲特和彼得·巴菲特。罗杰·韦斯伯格再次成为核心人物，他是举世无双的合作者、学者和领导者。

在特奥组织中，我要感谢许多人，包括洛厄尔·韦克，他在我还未证明自己时便断定我会赢；还有彼得·惠勒、金姆·艾略特、德雷克·特伦廷、亚当·波朱托、鲍勃·菲昂德拉、苏珊·圣·詹姆斯，他们在1995年世界特奥运动会比赛期间起着重要的作用。我对克里斯·多德议员在我们确实需要他时作为我们在华盛顿的拥护者以及克林顿总统携夫人参加1995年开幕仪式而创造历史感激不尽。我永远不会忘记拉梅什·马里（Ramesh Mali），他在比赛中献出了宝贵的生命。塞莉的比萨店的弗洛·康席格里欧（Flo Consiglio）当时以及此前和之后多次款待了我的家人。没错，塞莉的比萨店供应世界上最美味的比萨。哥伦布骑士会的领导彼得·惠勒发起了制定主办城镇计划的行动。纽黑文市和整个康涅狄格州有成千上万人数日、数周和数月担任志愿者，这让我想起我会如此热爱康涅狄格州的原因。

过去15年来，我得到过很多人的指导、也得到很多最兢兢业业的工作人员的支持。为特奥运动会做出突出贡献的人员有德雷克·特伦廷、艾曼·瓦哈布、丹尼斯·布鲁格曼、顾抒航、玛丽·戴维斯、鲍勃·戈布雷希特、约翰·道、史蒂夫·科尔宾、金姆·威迪斯、戴夫·雷诺克斯、安吉拉·齐克罗、汤姆·宋斯特、鲍勃·蒙塔古、唐娜·麦克斯韦尔、安德里亚·卡恩、海伦·麦克纳

博、李·托德、穆罕默德·纳塞尔、查尔斯·尼杨贝、乔恩·保罗·圣赫尔马因、珍妮特·弗洛切尔、珍妮·梅因、科尔斯顿·瑟科勒、凯特·麦肯纳、威尔·舍默霍恩、史蒂夫·尼尔、加里·巴尔内斯、泰雷尔·利默里克、大卫·埃万热利斯塔、鲍比·琼斯、夏尔曼·迪特马尔、大卫·甘、克里斯蒂安·伊斯帕斯、凯西·威尔逊、布雷迪·卢姆、蕾妮·迪斯、本·柯林斯和达西·默瑟留。盖里·西皮斯顿也协助我们做了研究。而特奥组织不仅是一个活动中心，还是全球创意和责任的领先机构。苏·史云生、乔治·杰斯恩、史蒂夫·艾德尔曼和罗伯特·库克博士是来自肯尼迪基金会的创新者和倡导者。健康领导者史蒂夫·珀尔曼博士和保罗·伯曼博士改变了世界。感谢你们所有人。

施德容、米奇·伯提里尔、马克·艾登松、凯斯·菲什伯恩、马特·亚伦、彼得·玛赞达、阎明复、玛格达·穆萨、空军中将登齐尔·基洛、赫尔曼·克罗尔、乔安娜·德斯波特普鲁、兰迪·马斯科雷拉、博·陶赫蒂——所有投身于特奥组织的人，你们专注于改变这个世界，你们是这本书的众多内容的灵感之源，我感到非常自豪。你们每个人都可以撰写自己的书，而且我希望你们将会这样做！

我们本地的蒙哥马利县融合团队是我、我妻子琳达和我们的五个孩子的心灵课堂。献给鞭策我们前进的莫琳·叶普，也献给戴夫·菲卡和梅瑞迪斯·菲卡、迪恩·帕卡德和达里安·帕卡德、斯图·尼布利以及我们接触过的合作伙伴和运动员团体：你们的开幕式和欢乐以及比赛无出其右。

特奥运动会委员会和全球形象大使也给予了我大力支持，对迈克·费尔德曼、杰伊·埃米特、约翰·曼利、奥西·基尔肯尼、巴尔特·康纳、史蒂芬·卡特、纳迪亚·科马内奇、威廉·P·奥尔福德、安德烈·巴甫洛夫、安吉洛·莫拉蒂、尤兰达·艾立塔、马克·布斯、史蒂夫·凯斯和珍·凯斯、汤姆·高利沙诺、大卫·布拉多克、雷·莱恩和斯蒂芬妮·莱恩、弗洛伦斯·纳贝因达、史黛丝·约翰斯顿、迈克尔·哈德曼博士、丹尼斯·奥布莱恩、唐娜·德·巴罗纳、穆赫塔尔·肯特、埃迪·巴尔巴内尔、布莱恩·菲利普斯、乔·哈基姆、以法莲·莫尔凯恩、姚明、斯科特·汉密尔顿、史蒂维·旺德和瓦妮莎·威廉姆斯，我永远感激不尽。

薇琪·约维内、吉米·约维内和我的兄弟鲍比：我能对你们捐赠的一亿美元说什么呢？你们的慷慨为数百万人提供了最重要的东西——一个属于他们的地方、一个战胜自己的机会、一个充满爱的社区。你们和“非常特别的圣诞节”（A Very Special Christmas）的许多艺术家都是“尊严革命”的无声天使。能够有机会努力实现你们的愿景，我备感荣幸。

特奥运动会上有许多运动员震撼了我的世界，我无法对他们一一表示感谢。弗兰克·史蒂芬斯、玛莎·希尔、吉亚·西鲁伊、凯斯特·爱德华兹、丽塔·劳勒、辛蒂·本特利、大卫·伊根、马克·斯威科尼克、比利·奎克、达斯汀·普

伦吉特、保罗·麦雷蒂、康斯坦丁诺斯·特利安塔菲卢、戴恩·纳米瑟巴、利奥尔·列伯灵、特洛伊·福特·金、丹妮尔·利布尔、丹尼尔·汤普森、埃迪·巴尔巴内尔、穆斯塔法·贾拉勒、马修·威廉姆斯、里卡多·桑顿、艾希礼·康茨、彼得·弗莱明、安迪·米亚雷斯、凯蒂·威尔逊和其他许多人，你们每个人都给我以启迪，我希望能捕捉到你们所有的智慧片段。洛蕾塔·克莱伯恩，您是真正的特殊奥林匹克运动会的融合创始人，我希望读者能够领会您带给这个世界的美好。

感谢让·瓦尼埃，你是一个满怀柔情、慈悲的诗人。

大约10年前，我参加了由保罗·埃利为他的书《您拯救的可能是自己的生命：美国朝圣之旅》（*The Life You Save May Be Your Own: An American Pilgrimage*）举办的座谈会。几年以后，他看着我的眼睛说，如果我准备写一本书，那么他会来编辑这本书。所以，长长的旅途开始了。保罗·奥尔祖拉克帮助我启程，而拉特·萨加林促使这个梦想实现。克丽丝汀·纽列伯是我的思想合作伙伴。弗里茨·施洛斯、琳达·加尔西亚、埃里克·亚恩斯顿、黑泽尔·普利亚姆和利兹·约德努力帮助我，让我的思想付诸纸端。在我完成第一天的写作后，琳达·加西亚曾问我：“你的书写完了吗？”那差不多是三年前的事了，今天，我终于能够自豪地回答：“是的，琳达，我的书写完了！”

一些朋友阅读了本书的一些章节和草稿，并提供了非常有帮助的评论：杰米·普利斯、南茜·莱恩牧师、马修·多德、戴维·布拉多克、史蒂夫·科尔宾、玛莎·贝克、约翰·道、安妮·伯克、鲍勃·布朗、罗杰·韦斯伯格、洛蕾塔·克莱伯恩、莎莉·奎恩、兰迪·马斯科雷拉、莎拉·斯卡伦盖博士、朱莉娅·瓦茨·贝尔瑟、玛丽·戴维斯和顾抒航。我的妹妹玛利亚愿意以特别的方式倾听我所撰写的内容，她是出色的作家、编辑、领导者和新闻工作者，她甚至比我自己更了解我。拥有像玛利亚这样的妹妹爱着我，我很幸运。

谢天谢地，我很庆幸拥有最好的朋友丹·梅洛德。

玛莎·贝克是一位完美的教练——写作教练、演讲教练、安慰教练、欢笑教练、娱乐教练、探索教练、鲁莽教练、人生教练。谢谢您，玛莎，我终于完成了本书。

罗斯、蒂姆、山姆、凯瑟琳和卡洛琳，这本书已经写完了，你们再也不用帮助我克服写书恐惧了，再也不用看我辛苦地闭门写作了。如果没有你们，我就完成不了这本书。当我们在一起时，我感到自己的生命绽放到了极致。

琳达，我知道你从未停止阅读，你一直在帮助我探听自己的心声，告诉我

要听从内心的声音。感谢你允许我讲述我们的爱情故事，更要感谢你走入我的生命。我是世界上最幸运的男人。

本书的不足之处应归咎于我，而它的馈赠，无论为何，都归功于你们所有人。